

Altwerden und Altsein



Die Untersuchung der biologischen Grundlagen des Älterwerdens ist eine Domäne der Gerontologie. Das Felix Platter-Spital verfügt mit Susanne Frank über eine Gerontologin, die sich intensiv mit dem Älterwerden und Altsein beschäftigt. Im Rahmen der FPS-Veranstaltungsreihe «Wissenswert» gab die Fachfrau einen Einblick über das Altern als individueller Prozess.

Susanne Frank, Gerontologische Fachberaterin im Felix Platter-Spital

Leben religiöse Menschen länger? Sind Betagte mit ihrer Lebenssituation mit zunehmendem Alter unzufriedener? Verschlechtert ein Mittagsschläfchen die Qualität oder die Dauer des Nachtschlafs? Macht materielle Sicherheit betagte Menschen in Industrieländern glücklicher? Ist älteren Menschen eine Grippeimpfung zu empfehlen?

Mit diesem «Altersquiz» mit jeweils vier möglichen Antworten weckt Susanne Frank gleich zu Beginn die Aufmerksamkeit der Zuhörenden im Felix Platter-Spital. Nicht alle Ratenden liegen mit ihren Antworten immer richtig. Verursacht eine Grippeimpfung beispielsweise nicht bloss unnötige Kosten oder löst sogar Erkrankungen aus? «Nein», gibt sich Susanne Frank überzeugt. Eine Grippeimpfung sei betagten Menschen in den Wintermonaten unbedingt anzuraten. Diese Massnahme reduziere das Sterberisiko um rund einen Drittel und das Hospitalisierungsrisiko um fast ein Viertel, sagt sie mit Verweis auf wissenschaftliche Studien.

Als Gerontologin hat die Referentin tagtäglich mit älteren Menschen oder deren Angehörigen zu tun, die ihren Rat in einer Lebenssituation wünschen. Was aber heisst überhaupt Gerontologie? Susanne Frank klärt auf. Das Wort stammt aus dem Griechischen und teilt sich auf in «Geront», übersetzt «alter Mensch», und «ologie», die Bezeichnung für Wissenschaft. Letztlich

beschäftigt sich Gerontologie mit allen Alterungsvorgängen. Vor allem die aktuellen Probleme alter Menschen und der Sozialpolitik prägen die Forschungsfragen der Gerontologie.

Wie vielfältig die Materie ist, zeigt sich allein an gewissen Teildisziplinen, deren Namen für Laien oft ein Buch mit sieben Siegeln sein dürften. Ein paar Beispiele: Die Geraogik/Gerontagogik setzt sich mit dem Lernen im Alter auseinander. Die Gerourbanismus beschäftigt sich mit der Entwicklung von Seniorenstädten und die Gerostomatologie lässt sich mit orale Gesundheit im Alter übersetzen.

Alter müsse als ein dynamischer und als ein biologischer Prozess verstanden werden, betont die Referentin. Man erlebe Freude, sehe sich aber auch zunehmend mit Verlusten und Erkrankungen konfrontiert.

Das Altwerden hänge massgebend von gesellschaftlichen und sozialen Verhältnisse ab. Die Chancen, als zu werden, seien unterschiedlich hoch. Wer sozial abgesichert ist, könne tendenziell mit einem längeren Leben in einem gesünderen Zustand rechnen.

Einen klaren Unterschied macht Susanne Frank auch zwischen den Geschlechtern aus. «Das hohe Alter ist primär weiblich», sagt sie. Kurz zusammengefasst: Frauen le-

ben im Alter häufiger allein, verfügen über ein geringeres Einkommen und pflegen Lebenspartner oder Angehörige häufiger als Männer.

Ein weiteres Fazit: Jeder Mensch altere anders. Und: Die Unterschiede zwischen Personen nähmen mit steigendem Alter zu. Die Erklärung dafür liegt auf der Hand: Wir alle machen im Laufe eines Lebens unsere eigenen Erfahrungen, die uns individuell prägen.

Susanne Franks Büro befindet sich im Felix Platter-Spital auf der sogenannten Passerelle. Dort lebt ihre «Kundschaft», vornehmlich ältere Personen, die nach einem Spitalaufenthalt nicht mehr nach Hause zurückkehren können und auf einen Platz in einem Alters- oder Pflegeheim warten. Zu ihrem Tätigkeitsfeld zählen das Begleiten und Beraten von Angehörigen sowie anderer Bezugspersonen der Bewohnerinnen und Bewohnern beim Übergang in eine neue Lebensphase. Dass dabei immer wieder auch sensible Themen wie Tod und Sterben zur Sprache kommen, liegt in der Natur der Sache und erfordert viel Fingerspitzengefühl in der Kommunikation, wie aus dem Referat von Susanne Frank immer wieder durchschimmert.

Markus Sutter
Kommunikationsbeauftragter Felix Platter-Spital