

Adressen an die Sie sich wenden können...

- **SOFA (Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen)**

72622 Nürtingen, Stuttgarter Str. 2
ab September 2016 Sigmaringer Str. 49
Telefon 07022 78 58 30
Telefax 07022 78 58 40
sofa@gpz-nt.de

- **Suchtberatungsstellen**

73728 Esslingen a.N., Kollwitzstr. 8
Telefon 0711 3511-432
72622 Nürtingen, Kirchstraße 17
Telefon 0 70 22 9 32 44-0
73230 Kirchheim u.T., Marktstraße 48
Telefon 07021 804 79-13
70771 Leinfelden Echterdingen, Hauptstr. 109
Telefon 0711 75 12 66

- **Beauftragte für Suchtprophylaxe
Landratsamt Esslingen**

73728 Esslingen a.N., Pulverwiesen 11
Telefon 0711 3902-2571
Telefax 0711 3902-1034

Redaktionsteam

Fachgruppe „Sucht im Alter“ des Aktionskreises
Suchtprophylaxe im Landkreis Esslingen

Herausgeber:

Landratsamt Esslingen
Jugendhilfeplanung / Beauftragte für Suchtprophylaxe
Elke Klös
Pulverwiesen 11
73728 Esslingen a.N.
Telefon 0711 3902-2571
Telefax 0711 3902-1034
kloes.elke@LRA-ES.de

„Sucht im Alter“

Infobrief für Angehörige



Sucht im Alter

Sucht wird häufig nur mit Jugendlichen oder Erwachsenen im mittleren Lebensabschnitt in Verbindung gebracht. Sucht im Alter hingegen wird besonders tabuisiert. Gerade in diesem Lebensabschnitt häufen sich Grenzsituationen und Lebenskrisen, wie z.B. der Verlust des Lebenspartners, Eintritt in den Ruhestand, das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden, Einschränkungen der Selbständigkeit, Beeinträchtigung der Gesundheit und andere einschneidende Ereignisse.

Hinzu kommt, dass Altsein in unserer Gesellschaft meist negativ gesehen wird. Dieses Bild machen sich ältere Menschen häufig zu eigen und erleben ihr Alter als Belastung und Krise.

Das Missbrauchsmuster im Alter zeigt, wie auch in jüngeren Lebensphasen, einen deutlich geschlechtsspezifischen Trend. Alkoholabhängigkeit ist vorwiegend eine Erkrankung der Männer, Medikamentenabhängigkeit der Frauen. Insgesamt häufiger betroffen sind Männer.

Nach verschiedenen Untersuchungen wird momentan bei den über 65-Jährigen von einer Quote von bis zu 3 % alkoholabhängigen Menschen ausgegangen; in stationären Einrichtungen sollen es zwischen 7 und 10 % der Bewohner sein. Die Zahlen bei Männern liegen darüber, bei Frauen weit darunter.

Eine Umfrage im Landkreis Esslingen hat ergeben, dass 10 bis 15 % der betreuten alten Menschen in der ambulanten und stationären Pflege als suchtkrank eingeschätzt werden.

Jede Einnahme von Schmerz-, Schlaf- und Beruhigungsmitteln, die länger als 6 Wochen dauert, sollte kritisch überprüft werden.

Ältere Menschen haben einen veränderten Schlafrhythmus, der nicht in jedem Fall mit Medikamenten behandelt werden muss.

Medikamente, vor allem Schlafmittel, sollten nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt abgesetzt werden, da es hier auch bei geringerer Dosierung zu erheblichen Entzugserscheinungen kommen kann.

Zu einer sorgfältigen Krankenbeobachtung gehört eine aufmerksame Wahrnehmung von erwünschten Wirkungen und unerwünschten Nebenwirkungen der Medikamente.

Häufig fehlen besondere Dosierungsanweisungen für ältere Menschen auf den Beipackzetteln. Diese können angefordert werden. Die vom Hersteller empfohlene Dosis muss nicht in jedem Fall auch für ältere Menschen gelten, oft genügt die für Kinder angegebene Dosis.

Angehörige sollten darauf angesprochen werden, von alkoholischen Getränken als Geschenk abzusehen, und sich sinnvolle Alternativen zu überlegen. Wichtig sind alkoholfreie Alternativen im Getränkeangebot, dazu kann auch alkoholfreies Bier gehören.

Wichtig ist die Zusammenarbeit zwischen Ihnen als Angehörigen und den Pflegemitarbeiter/in, dem Arzt / der Ärztin.

Fragen Sie auch beim Arzt nach anderen Möglichkeiten der Hilfe.

Überlegen Sie so kreativ wie möglich, was dem einzelnen Menschen gut tut, und was er braucht.

Hinweise für den Umgang mit suchtkranken alten Menschen

Es geht nicht um ein generelles Verbot von Alkohol oder Medikamenten. Die vollständige Entwöhnung kann auch bei älteren Abhängigen angestrebt werden, muss aber nicht oberstes Therapieziel sein. Vorrangig geht es darum, die psychosoziale Situation zu stabilisieren, den physischen Zustand zu bessern und die Eigenkontrolle über die Lebensumstände und über die Sucht zurück zu gewinnen.

Gerade ältere Menschen haben im Laufe ihres Lebens Gewohnheiten entwickelt und haben ein Recht auf freie Gestaltung des eigenen Lebens.

Älteren Suchtkranken sollte weder konfrontativ noch mit falsch verstandener Toleranz begegnet werden. Hilfreich ist es, sich dem alten Menschen zuzuwenden, Interesse an seiner Lebensgeschichte zu zeigen, Verständnis zu signalisieren, gemeinsam Perspektiven zu erörtern und ihn bei der Lösung seiner Probleme zu unterstützen. Bei Älteren gehört es dazu, Bilanz über das bisherige Leben zu ziehen und die Sinnfrage zu stellen. Die Pflegeperson ist hier oftmals das einzige Gegenüber für die alten Menschen.

Zu den sehr unterschiedlichen Zielen kann es gehören, einen alten Familienstreit zu überwinden, einen früheren Kontakt wieder aufzunehmen, die Mobilität zu erhöhen, die Inkontinenz zu beseitigen oder eine bessere Kompetenz bei alltäglichen Aufgaben zu erreichen und neue Tätigkeitsfelder für sich zu eröffnen.

Eine Verringerung der Abhängigkeit von der Umgebung schafft mehr Lebenszufriedenheit und schützt vor Abhängigkeit von einem Suchtmittel.