



Isolation – Gesundheits- risiko für alte Menschen

*Eine verstärkte Zusammen-
arbeit von Ärzteschaft und
Altenselbsthilfegruppen kann
dazu beitragen, daß die
Bedürfnisse älterer Patienten
nach Gespräch und Geborgenheit
besser erfüllt werden.*

Viele Kolleginnen und Kollegen werden die Erfahrung schon gemacht haben: Im Gespräch mit alten Menschen stellt sich häufig das Gefühl ein, daß die Patientin oder der Patient die Sprechstunde nicht nur wegen eines primär körperlich bedingten Leidens aufgesucht hat. Vielmehr wird im Verlauf solcher Gespräche deutlich, daß der ältere Mensch neben der medizinischen Betreuung vor allem das Gespräch und den menschlichen Kontakt sucht.

Nach der amtlichen Statistik lebt heute bereits jeder zweite über 60jährige in Deutschland allein, das sind insgesamt sechs Millionen ältere Menschen. Durch diesen erschreckenden Trend zur Vereinzelung, das Auseinanderbrechen gewachsener Strukturen wie Familie, Nachbarschaft und Gemeinde, werden immer mehr ältere Menschen vom gesellschaftlichen Leben isoliert und in eine passive Lebensführung gedrängt. Mit einem passiven Lebensstil sind jedoch häufig psychosomatische Befindlichkeitsstörungen wie zum Beispiel Schlafstörungen und depressive Verstimmungen verbunden.

Auch solche Probleme führen Senioren dann häufig in die Arztpraxis. Je nach Schwere der Beeinträchtigung ist eine Umstellung der Lebensgewohnheiten unumgänglich, dies jedoch können die meisten älteren Menschen nicht allein schaffen.

Altenselbsthilfegruppen können bei solchen Umstellungsprozessen helfen und zu einer höheren Lebensqualität beitragen. Oft ist es die beste Therapie, Patienten aus ihrer Isolation herauszuführen und ihnen die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Nicht selten erübrigt sich dann zum Beispiel eine medikamentöse Behandlung.

In unserer „Singlegesellschaft“ erfüllen Selbsthilfegruppen Grundbedürfnisse nach Gespräch und Geborgenheit, denen nur bedingt von der Ärzteschaft und auch nur zum Teil von anderen professionellen Diensten entsprochen werden kann. Die Ärztekammer Nordrhein empfiehlt, auch bei der Betreuung älterer Menschen verstärkt auf die Zusammenarbeit mit solchen Gruppen zu setzen.

Die Kammer hat jetzt ihre Broschüre „Gesundheitsselbsthilfe in Nordrhein“ um einen Sonderteil „Altenselbsthilfe“ erweitert. Das Adressenverzeichnis von Selbsthilfegruppen richtet sich an Ärztinnen und Ärzte und nennt Ansprechpartner für Senioren in den Regierungsbezirken Köln und Düsseldorf (Kammerbereich Nordrhein). So kann jede Ärztin und jeder Arzt gezielt und wohnortnah die richtigen Kontakte vermitteln.

*Dr. Arnold Schüller
Vizepräsident der Ärztekammer
Nordrhein*

Die Broschüre „Gesundheitsselbsthilfe in Nordrhein“ kann bestellt werden (gegen Einsendung von 4 DM in Briefmarken) bei der Ärztekammer Nordrhein, z. Hd. Frau Schindler Tersteegenstr. 31, 40474 Düsseldorf