

11.05.2010 - 10:00 Uhr

Sucht Info Schweiz - Alkohol und Medikamente im Alter

Lausanne (ots) -

Alkoholprobleme sind auch im Alter eine Realität.

Fachleute schätzen, dass ungefähr jede dritte alkoholabhängige ältere Person dies erst nach der Pensionierung wurde. Alkohol wirkt im Alter stärker. Zudem nehmen ältere Menschen oft mehr Medikamente ein. Sich informieren ist daher wichtig. Sucht Info Schweiz und die ZüFAM, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs, orientieren Menschen ab 60 Jahren und Personen aus deren Umfeld über wenig bekannte Risiken.

Dass bei älteren Menschen der Alkohol stärker wirkt, ist vielen nicht bewusst. Mit dem Älterwerden nimmt der Wasseranteil des Körpers ab. Der Alkohol wird so in weniger Flüssigkeit verteilt, der Blutalkoholgehalt steigt. Gleichzeitig nehmen ältere Menschen oft mehr Medikamente ein, da etliche Krankheiten im fortschreitenden Lebensalter häufiger vorkommen. "Alkohol und Arzneien sowie deren Kombination bergen Risiken, die viele nicht kennen", erklärt Sabine Dobler, Präventionsfachfrau von Sucht Info Schweiz. Das Thema wird oft tabuisiert. Gemeinsam mit der ZüFAM, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs, will Sucht Info Schweiz älter werdende Menschen sowie Angehörige und andere Personen aus dem Umfeld für die spezifischen Risiken des Alkoholkonsums und Medikamentengebrauchs im Alter sensibilisieren. Der Stand des Wissens, Hinweise zu Risiken, praktische Tipps sowie weitere Adressen sind in je einem Faltblatt für Alkohol und Medikamente sowie in einer gemeinsamen Broschüre aufgeführt. "Die Materialien sollen informieren, für gesundheitliche Fragen sensibilisieren und Antworten für den Alltag liefern", fasst Sabine Dobler zusammen.

Mit Veränderungen umgehen

Das Alter bringt zahlreiche Veränderungen mit sich: Dazu zählen sowohl positive wie mehr freie Zeit oder etwa die Geburt von Enkelkindern als auch schwer zu ertragende. Tatsache ist, dass bei den meisten Menschen belastende Ereignisse mit dem Älterwerden zunehmen. So sind zum Beispiel Krankheiten oder der Tod von nahestehenden Personen zu verkraften. In schwierigen Situationen kann es für ältere Menschen mitunter verlockend sein, sich mit Alkohol oder Medikamenten zu entlasten. Probleme mit Medikamenten entstehen häufig in Zusammenhang mit Belastungen, die mit dem Alter einhergehen. So versprechen Schlaf- und Beruhigungsmittel rasche Abhilfe bei Bedrücktheit oder Nervosität, wobei Benzodiazepine schnell abhängig machen können und daher nur nach ärztlicher Anweisung genommen werden sollten.

Wenn Alkohol zur Entlastung getrunken wird, steigt das Risiko, immer mehr zu trinken. Fachleute schätzen, dass jede dritte ältere, alkoholabhängige Person dies erst nach der Pensionierung geworden ist. Wenn ältere Menschen zu viel trinken, geschieht dies oft auch aus Unwissenheit. Einige haben vermehrt Gelegenheit, an geselligen Anlässen zu konsumieren.

Interventionen lohnen sich

Alkohol kann die Wirkung von Medikamenten beeinträchtigen und er kann bestehende Erkrankungen wie etwa Diabetes, Bluthochdruck oder Verdauungsbeschwerden negativ beeinflussen. Anzeichen für eine mögliche Abhängigkeit von Alkohol und / oder Medikamenten werden oft dem Alter zugeschrieben; Angehörige trauen sich nicht, ihre Sorgen auszudrücken. Auch das Pflegepersonal ist häufig ratlos.

Sowohl Alkohol- als auch Medikamentenprobleme schaffen Leiden, in jedem Lebensalter, auch für nahestehende Personen. Die Liste der möglichen Auswirkungen reicht von Müdigkeit, Kopfweh, Inkontinenz, Appetitverlust, über Gedächtnis- oder Schlafprobleme, Depressionen, Stürze bis hin zu einer Abhängigkeit. Aus einem missbräuchlichen Konsum von Alkohol und Medikamenten kann sich eine Abhängigkeit entwickeln, welche die Lebensqualität schmälert und den Pflegebedarf erhöht. "Interventionen lohnen sich auch im Alter", erklärt Cristina Crotti von der ZüFAM. Sie beobachtet, dass beispielsweise Pflegeheime oder die Spitex oft keine klare Haltung zum Alkoholkonsum haben. Besorgt man den Senioren den Alkohol oder nicht? Ab wann wird kein Alkohol mehr ausgeschenkt? "Die Haltung von Pflegenden ist wichtig, damit sie einen problematischen Konsum früh erkennen und handeln können", ergänzt Cristina Crotti. Betroffene sind so eher motiviert, Unterstützung zu holen oder anzunehmen.

- Faltblatt für Menschen ab 60 Jahren zum Thema Alkohol
- Faltblatt für Menschen ab 60 Jahren zum Thema Medikamente
- Broschüre über Alkohol und Medikamente beim Älterwerden - Informationen für Personen ab 60 Jahren und ihr Umfeld

Sucht Info Schweiz in Kürze

Sucht Info Schweiz will Probleme verhüten oder vermindern, die aus dem Konsum von Alkohol, anderen psychoaktiven Substanzen oder potenziell abhängigkeits erzeugenden Verhaltensweisen hervorgehen. Sucht Info Schweiz konzipiert und realisiert Präventionsprojekte, engagiert sich in der Gesundheitspolitik und der psychosozialen Forschung. Sie ist eine private, parteipolitisch unabhängige Organisation mit gemeinnützigem Zweck. Sucht Info Schweiz ist auf nationaler Ebene tätig und pflegt Kontakte zu Institutionen im Ausland. Wir treten daher auch unter den Bezeichnungen addiction info suisse, Dipendence Info Svizzera und Addiction Info Switzerland auf. Bis Anfang Mai 2010 trat Sucht Info Schweiz unter der Bezeichnung Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) auf.

Diese Medienmitteilung finden Sie auch auf der Internetseite von Sucht Info Schweiz: <http://www.sucht-info.ch>

Kontakt:

Monique Helfer
Medienverantwortliche
mhelfer@sucht-info.ch
Tel.: 021 321 29 74

Cristina Crotti
ZüFAM
info@zuefam.ch
Tel. 076 378 54 81

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100603333> abgerufen werden.