

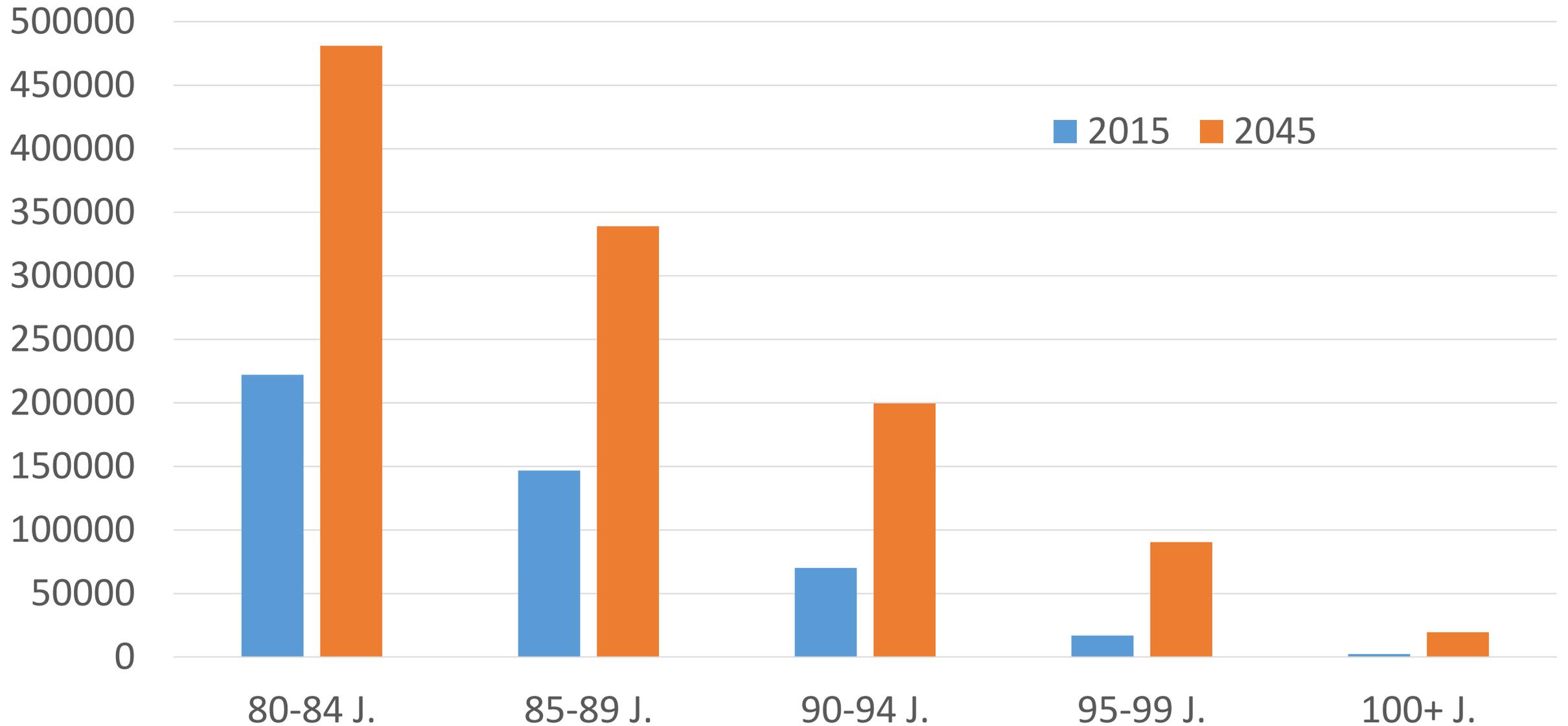
Forum Gesundheit und Medizin 10. März 2017

François Höpflinger

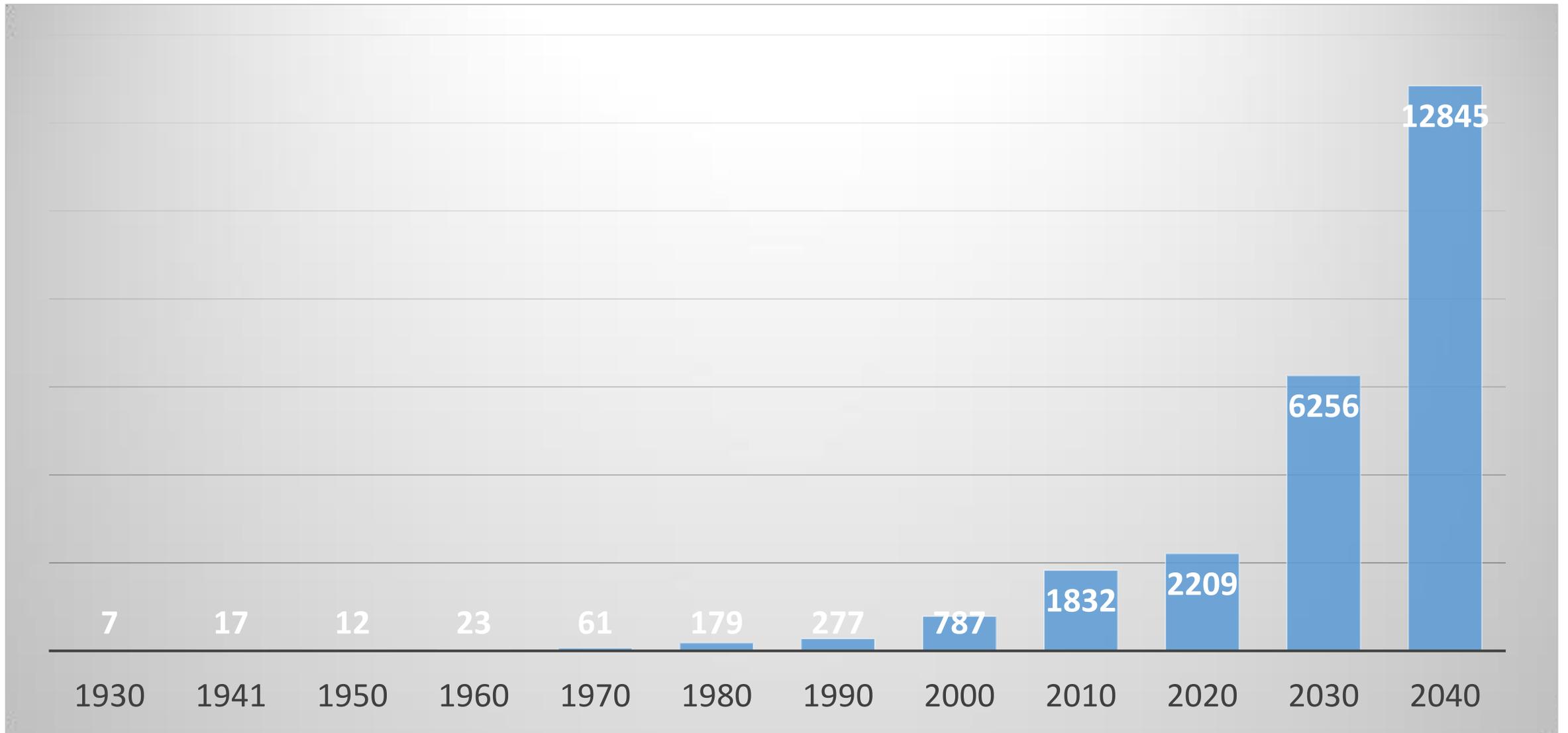
**Altern heute – zur Lebenslage der über 80-jährigen
Menschen in der Schweiz**

www.hoepflinger.com

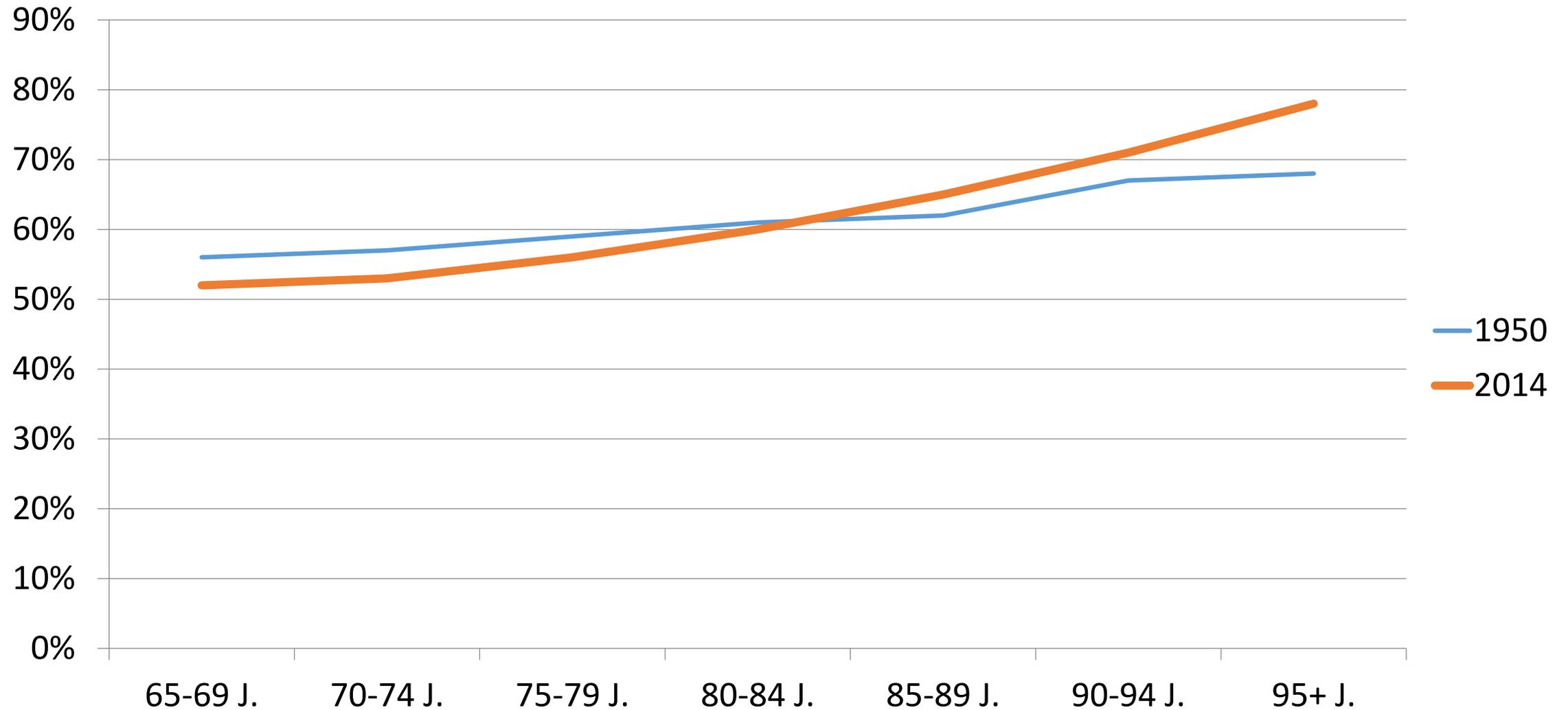
Zahlenmässige Entwicklung der Zahl von 80-jährigen und älteren Menschen in der Schweiz: Referenzszenario Bundesamt für Statistik



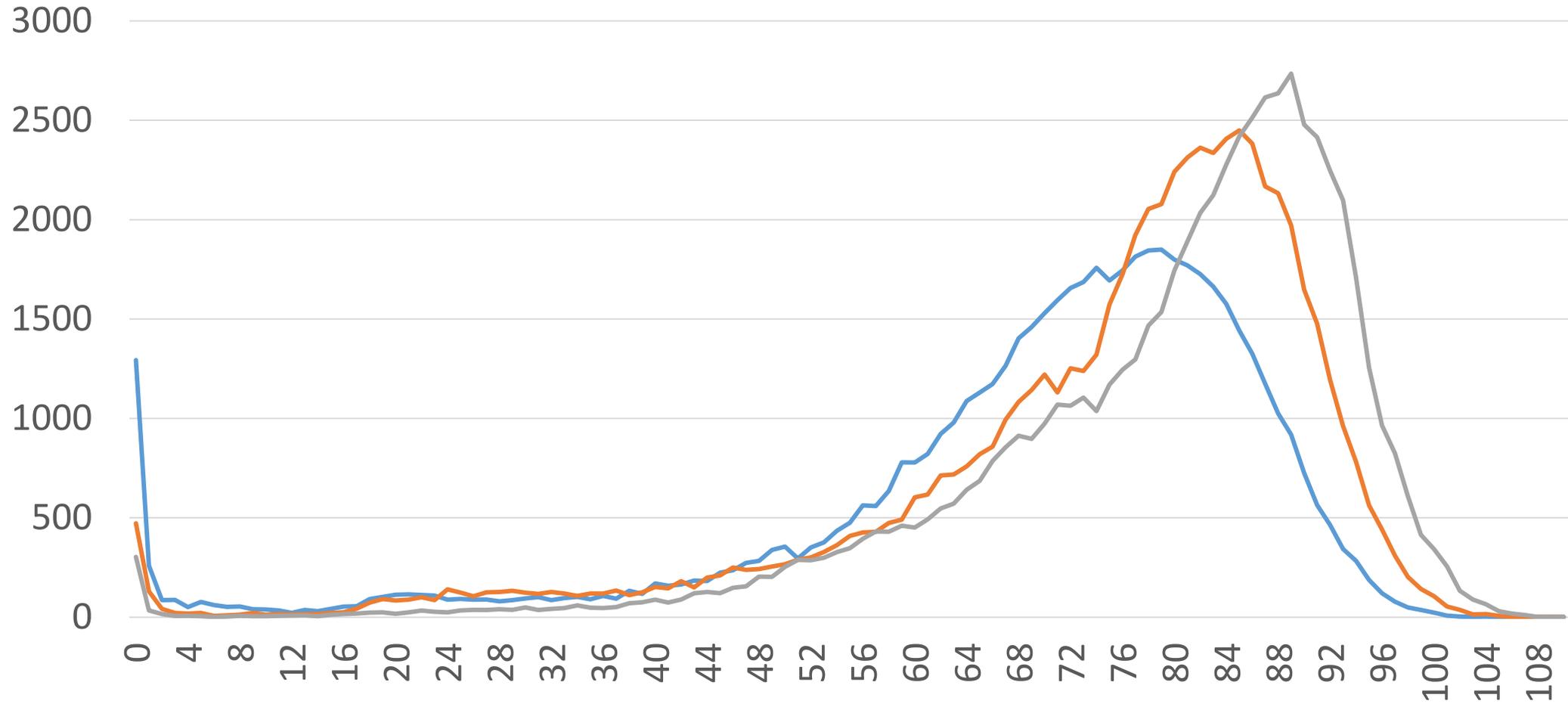
Zahl an 100-jährigen und älteren Menschen in der Schweiz 1930-2040



Das vierte Lebensalter ist weiblich: Anteil an Frauen in der jeweiligen Altersgruppe 1950 und 2014

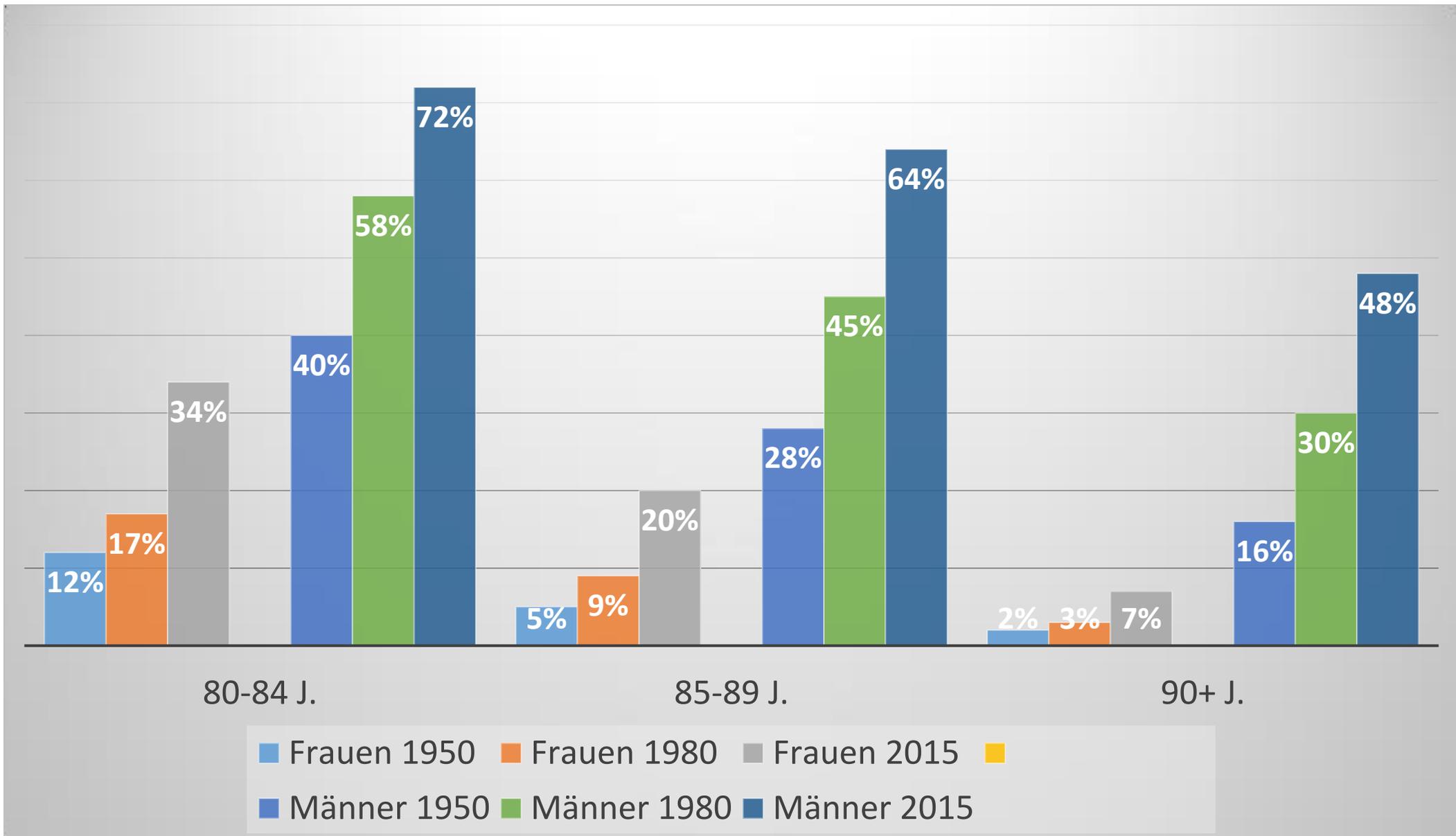


Todesfälle nach Alter 1970-2014

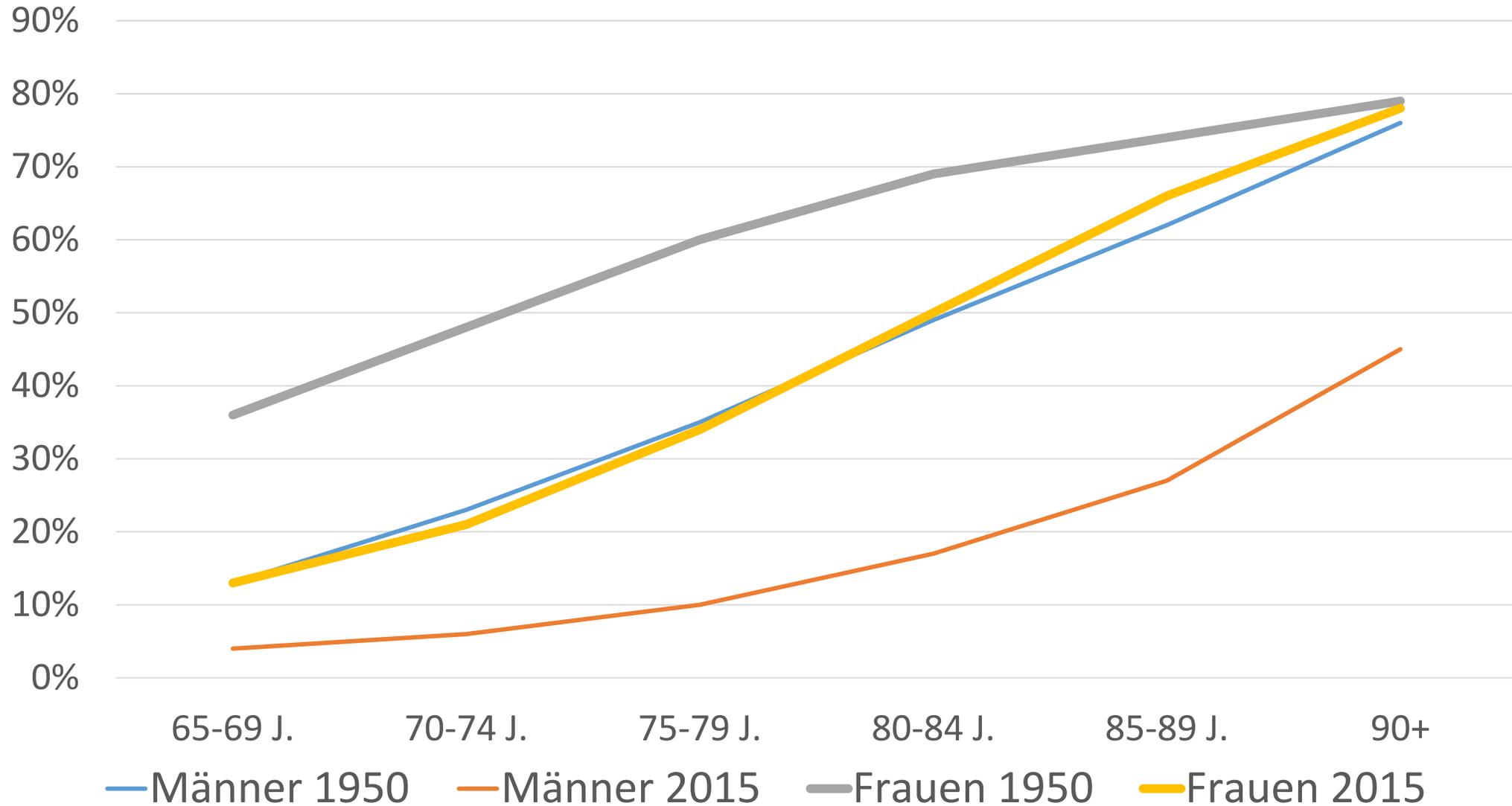


— 1970 — 1990 — 2014

Anteil verheiratete Frauen und Männer im hohen Lebensalter

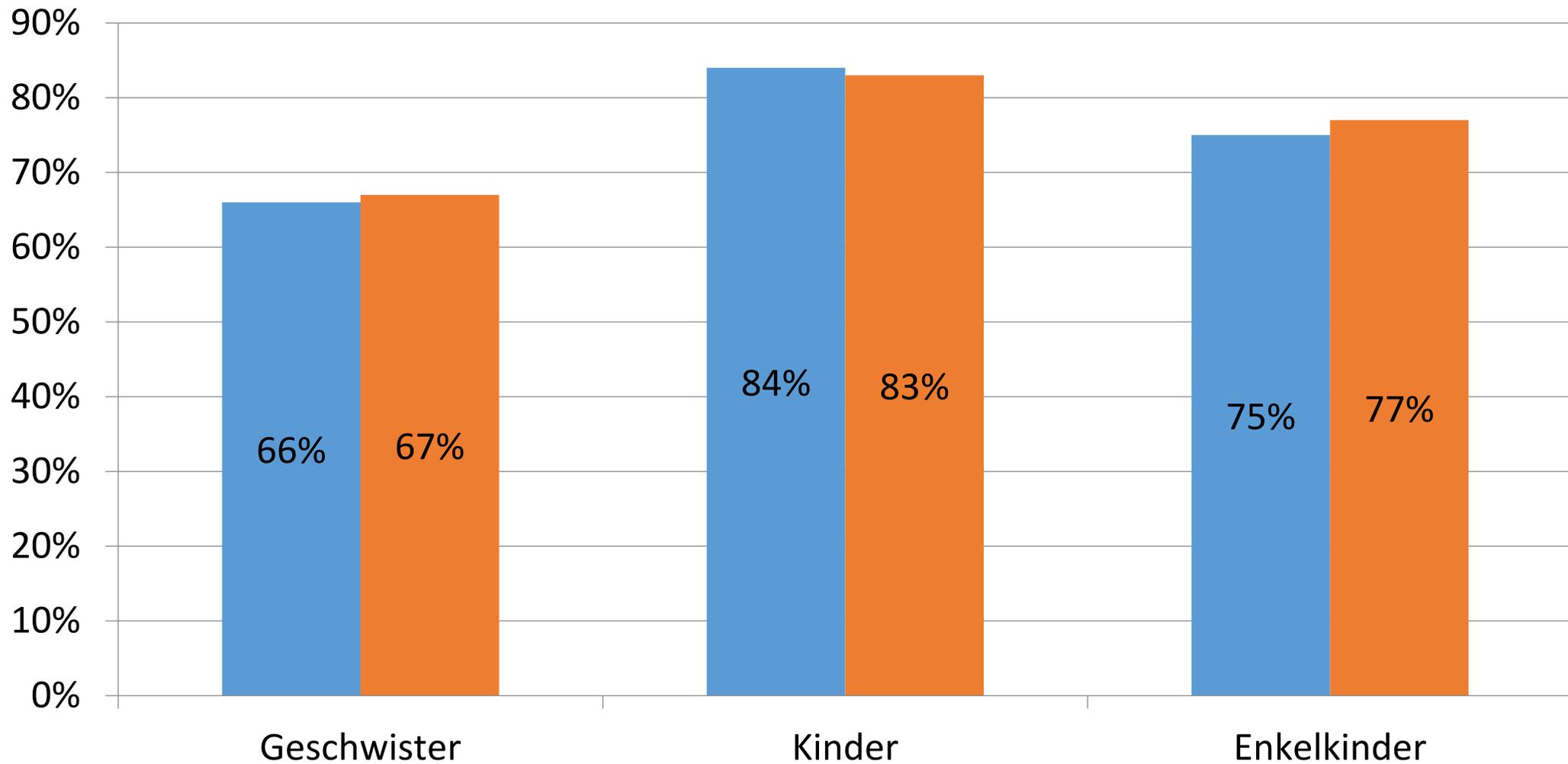


Anteil an verwitweten Frauen und Männer 1950 und 2015

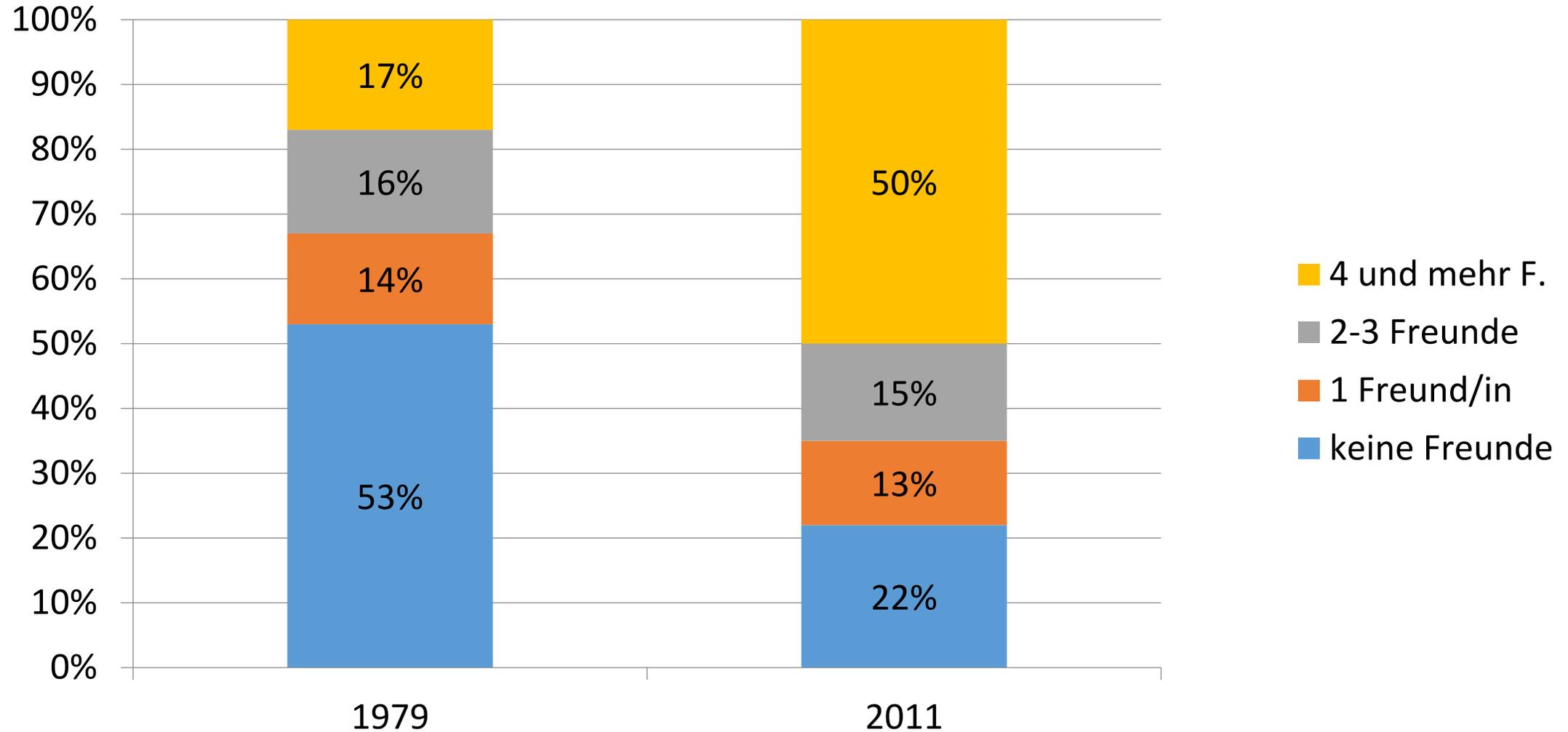


Deutschsprachige Schweiz 2013: Angehörige im Alter 80+

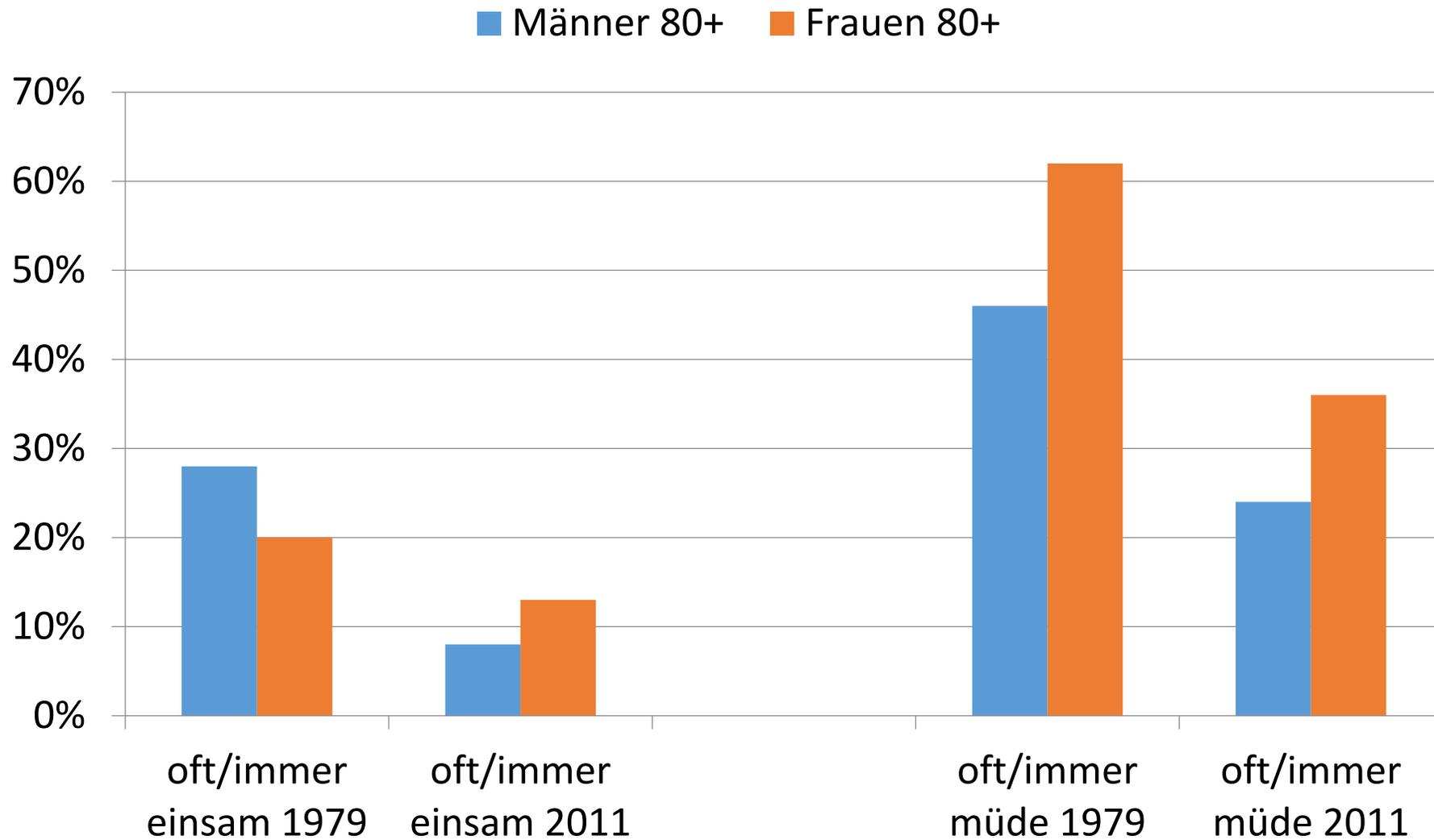
■ zuhause ■ befragbar im Heim



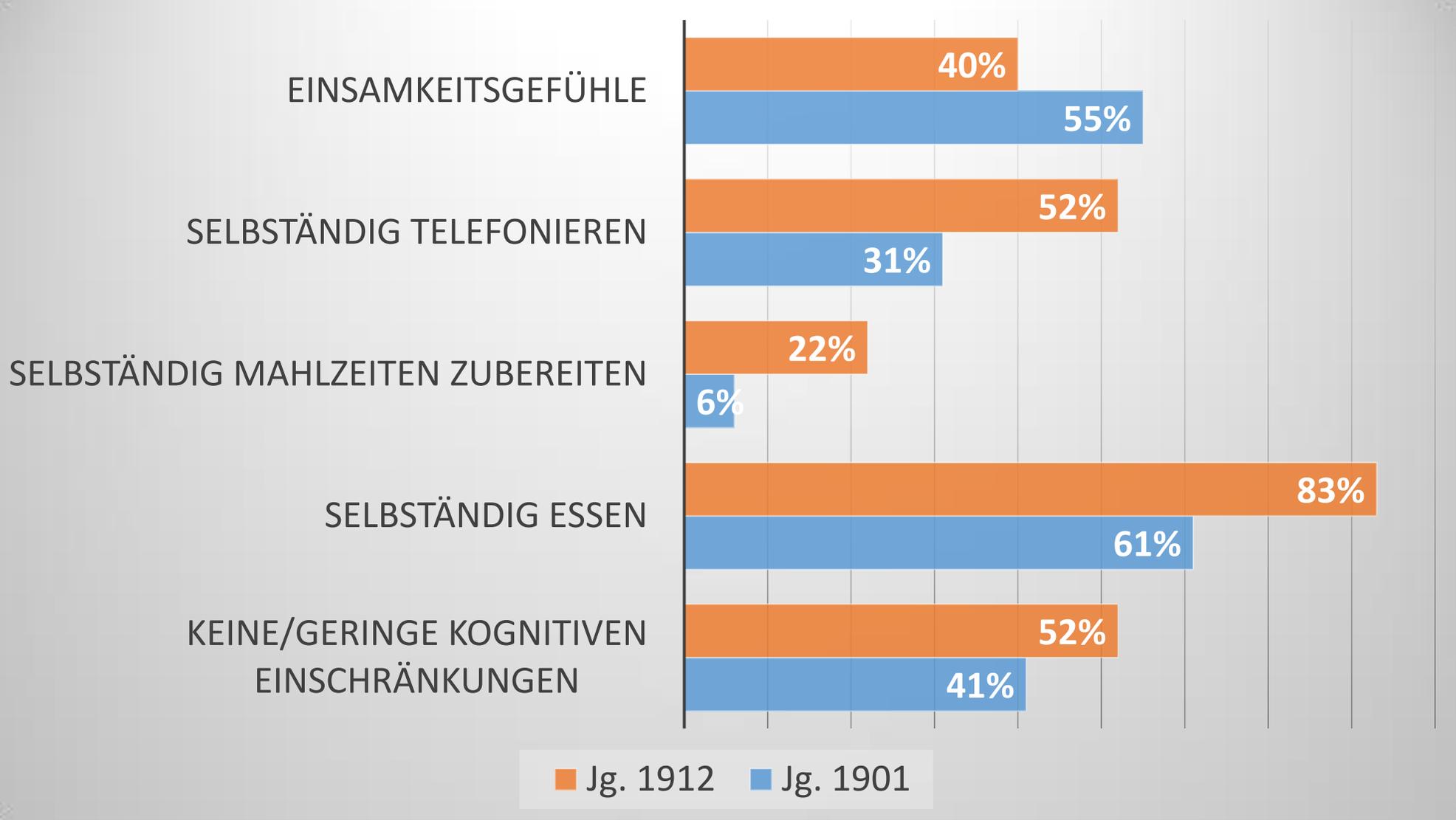
Freundschaftsbeziehungen auch im höheren Lebensalter: Enge Freunde bei zuhause lebenden 80+-Jährigen 1979 und 2011



Indikatoren zur psychischen Befindlichkeit: Zuhause lebende Personen 80+ 1979 und 2011



Wandel selbst im höchsten Lebensalter: 100-jährige in der Region Heidelberg (D)



Fragilität (frailty) im hohen Lebensalter – als Prozess und Zustand

Prozess:

Prozesse der Fragilisierung sind mit einem allmählichen und unvermeidlichen Verlust physiologischer und sensomotorischer Reservekapazitäten im Alternsprozess verbunden.

Zustand:

Eine Person gilt als fragil, wenn nachstehende Dimensionen des Alltagslebens erschwert bzw. beeinträchtigt sind:

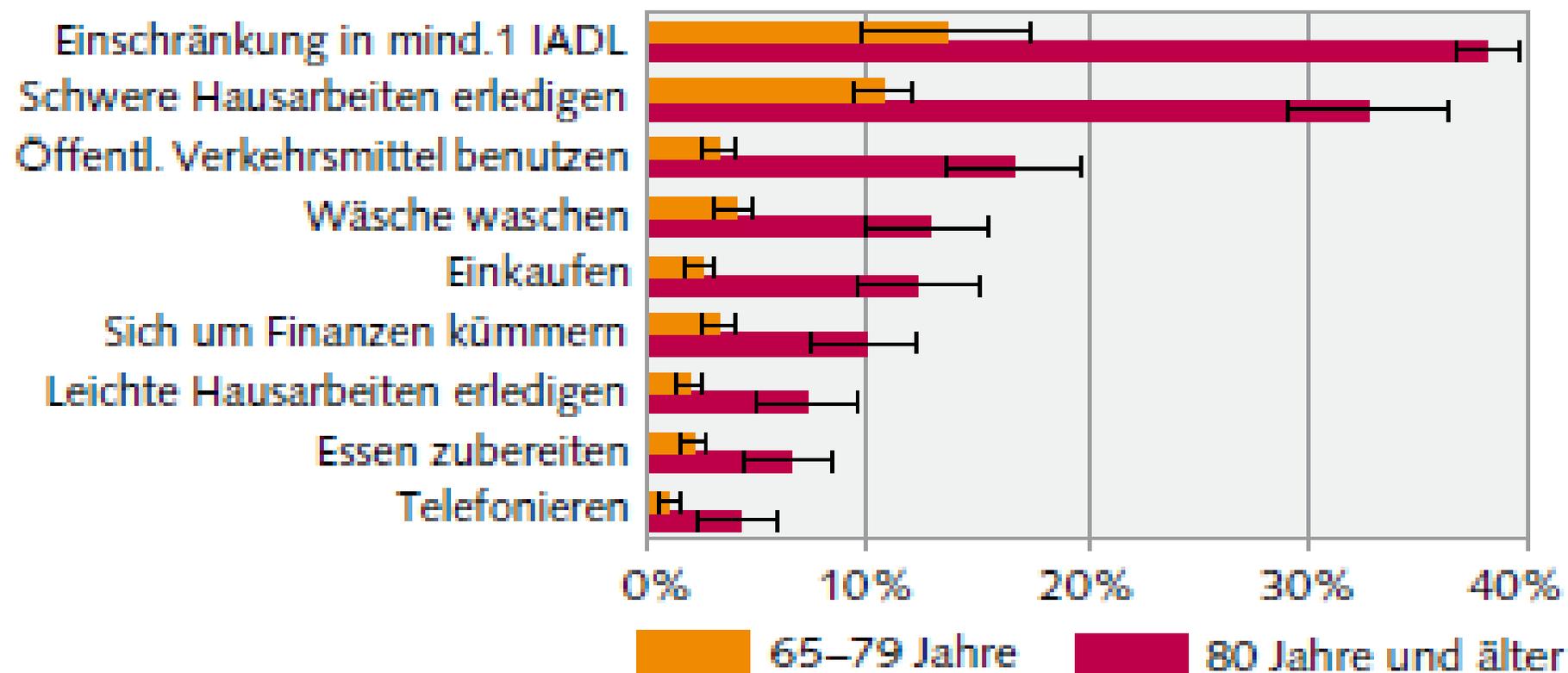
- Sensorische Fähigkeiten (Hören, Sehen)
- Mobilität (Gehvermögen, Gangunsicherheit, erhöhtes Risiko einer Sturzfraktur)
- Energiestoffwechsel (inkl. Appetitlosigkeit, Verdauungsprobleme u.a.)
- Kognitive Einschränkungen (die aber nicht demenzieller Art sind)
- Alltagsrelevante körperliche Beschwerden

Function	Balance	Mobility	Incontinence
			
			
			
			
			
			
			

Einschränkungen¹ in den instrumentellen Alltagsaktivitäten (IADL), 2012

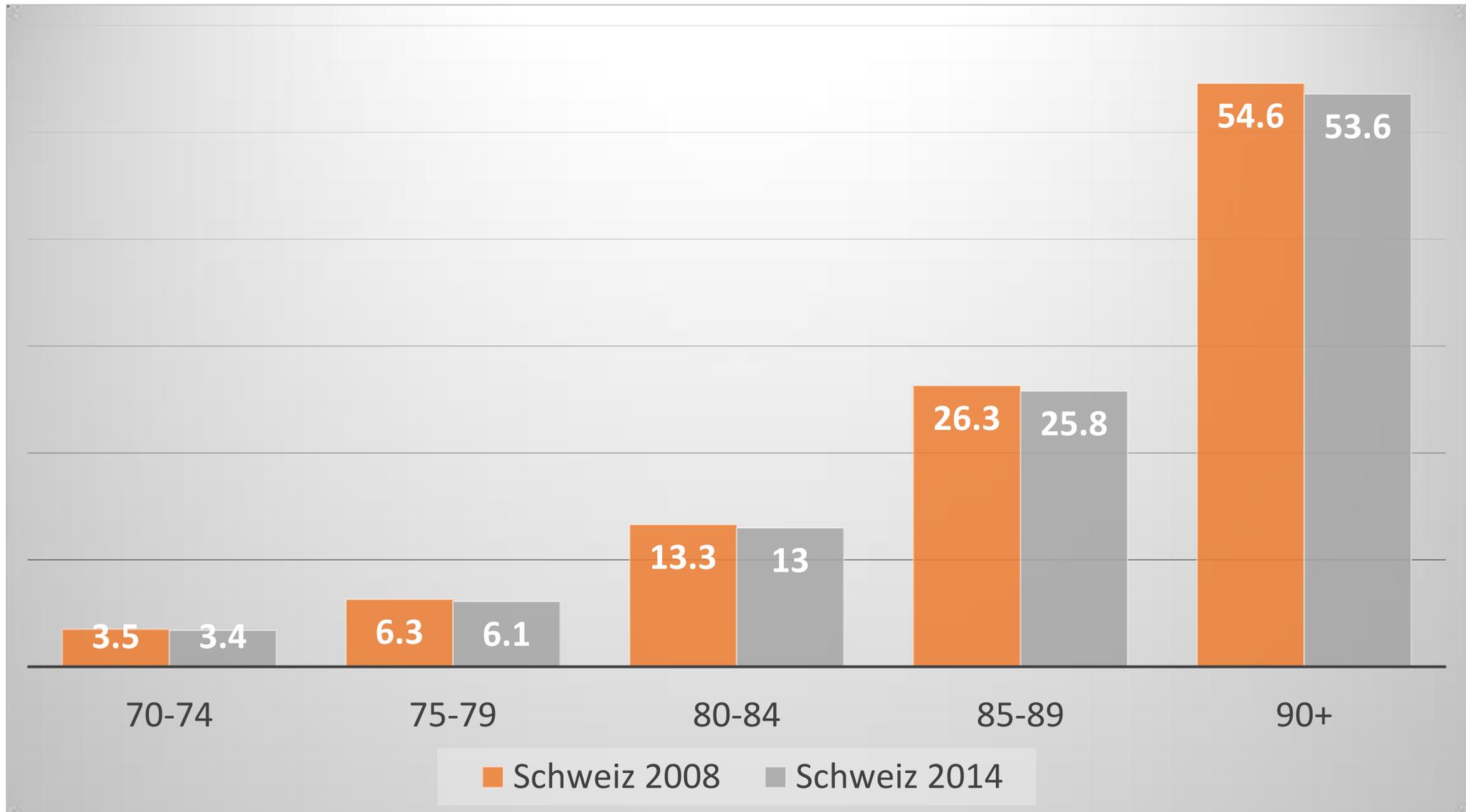
Bevölkerung ab 65 Jahren in Privathaushalten

G 3

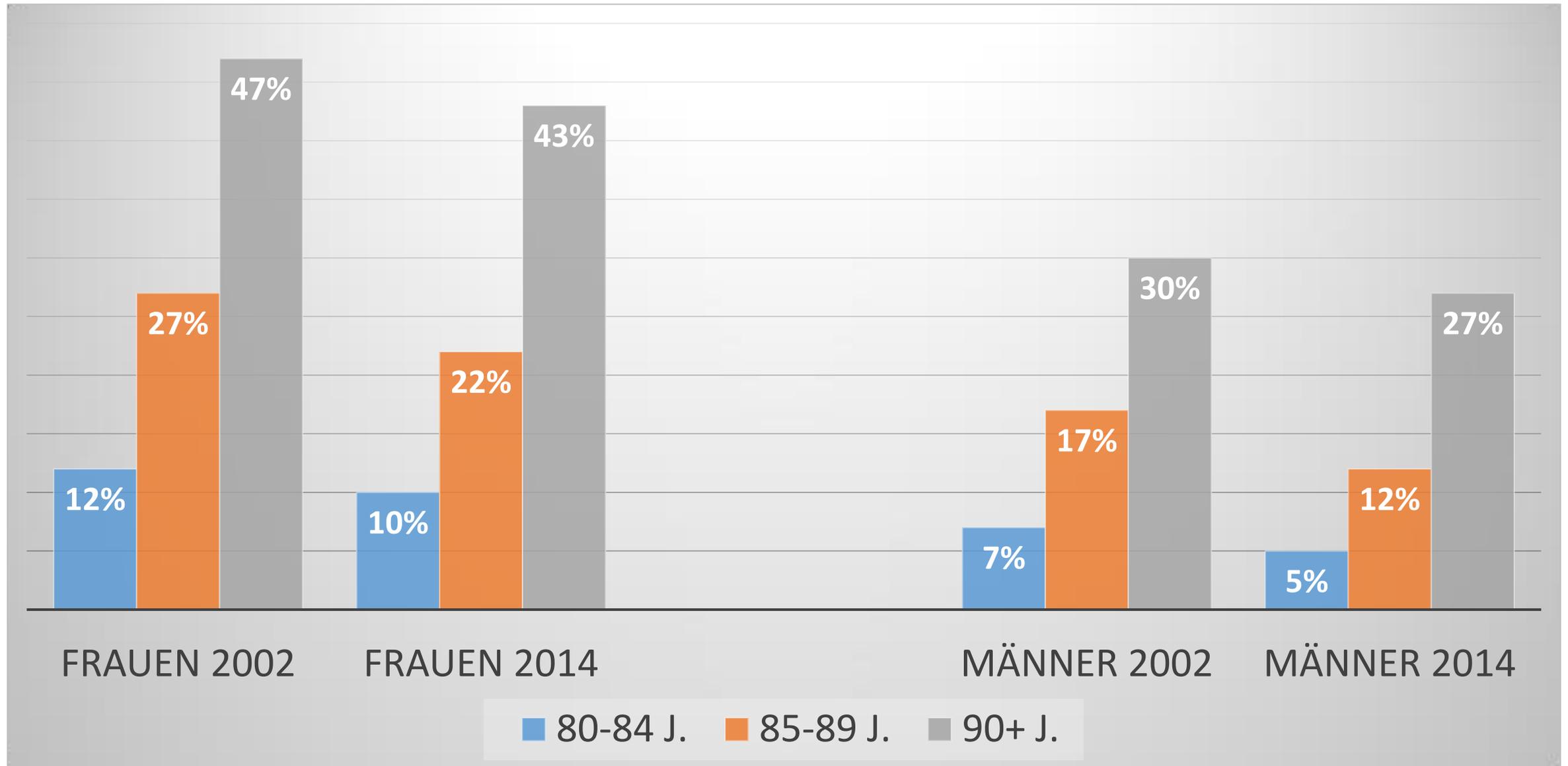


¹Unfähigkeit oder grosse Schwierigkeiten bei der Verrichtung mind. 1 Aktivität

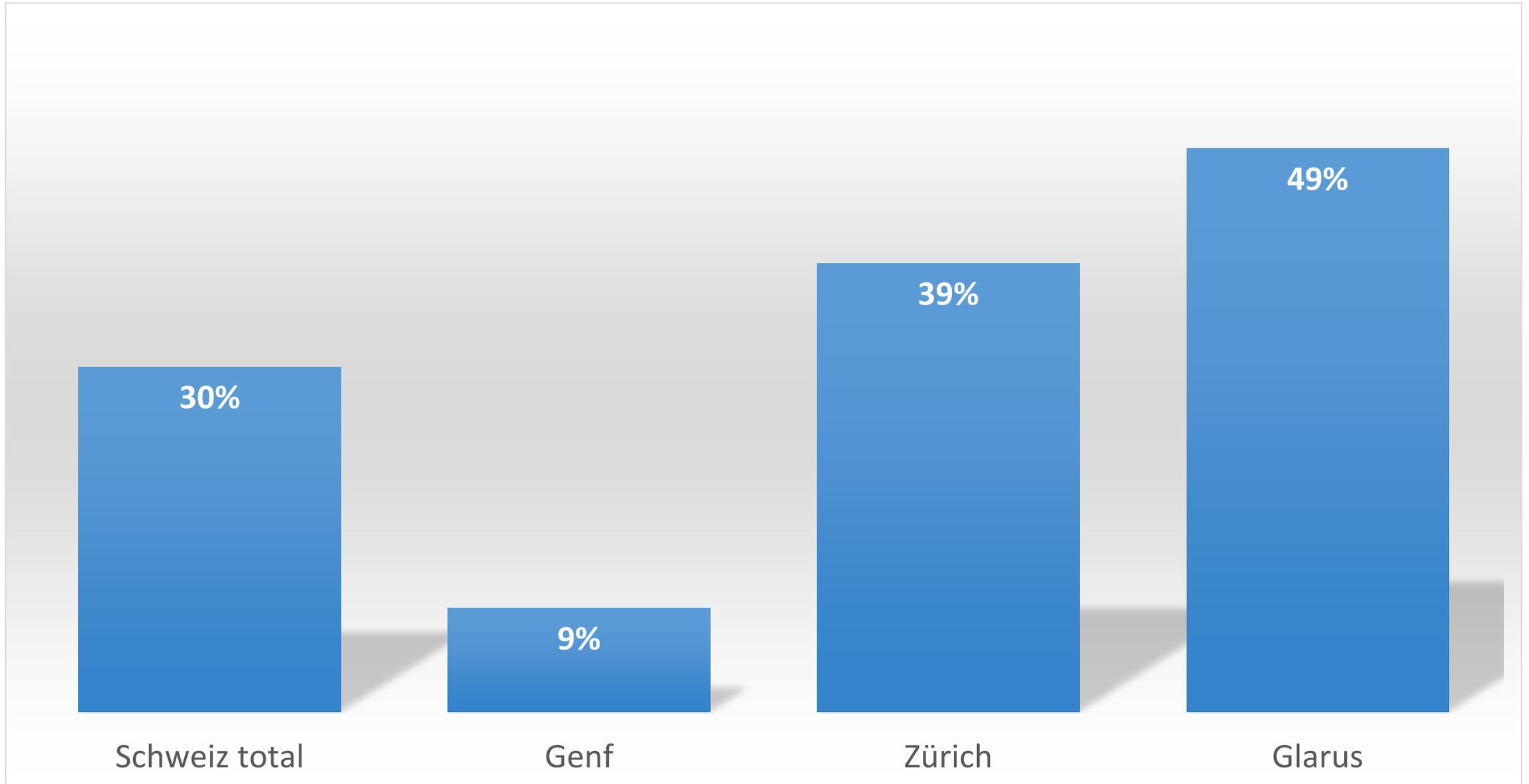
Alltagsbezogenen pflegebedürftig im Alter: Schweiz (%-Werte)



Anteil von Frauen und Männer, die in einem Alters- und Pflegeheim leben 2002 und 2014



Anteil an Pflegeheimbewohnern ohne Pflege oder mit Pflegestufe 1-3 (2014)



Betreutes/begleitetes Wohnen (Wohnen mit Service)

Für alte Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen stehen Formen betreuten/ begleiteten Wohnens vermehrt im Zentrum: Kombination von hindernisfreier Wohnform und Anbindung an gute Dienstleistungen.

Das Konzept des betreuten Wohnens/Service-Wohnen erfährt in zwei Richtungen eine Ausdehnung:

- a) Ausdehnung auf stärker pflegebedürftige Menschen (pflegerisch orientiertes betreutes Wohnen), etwa auch für älter werdende Suchtpatienten, demenzerkrankte Menschen)
- b) Wohnen mit Serviceleistungen für alle Lebensalter (wellness-orientiertes Service-Wohnen)

Age-Dossier

Betreute
Wohnungen
mit Heimvorteil

2016

Wohnformen für Menschen mit Demenz

Demenzwohnformen sollten folgende Faktoren begrenzen:

- a) Desorientierung: am besten kleine und übersichtliche Wohneinheiten, klare farbliche Gestaltung
- b) Passivität: ev. durch Wohnküchen mit Gerüchen, klare Tagesstruktur, offene Bewegungsräume (Garten)
- c) Angst, Unsicherheit: ev. Sichtkontakt zu Pflege-personen, angepasste Lichtverhältnisse, keine widerspiegelnde Fensterfronten ua.
- d) Identitätsverlust: Vertrautheit durch Dinge aus der Vergangenheit (ev. Reminiszenzräume)

Empfehlenswert: R. Welter, M. Hürlimann et al. (2006)

Gestaltung von Betreuungseinrichtungen für Menschen mit Demenzerkrankungen. Arbeitsbuch, Hittnau: Pagina.

Einflussfaktoren für gute Lebensqualität im hohen Lebensalter (viertes Lebensalter)

- Sichere sozial-medizinische und pflegerische Versorgung und angepasste Umwelt
- Selbstbestimmter Umgang mit Einschränkungen (Resilienz/Gelassenheit)
- Akzeptanz der Grenzen des eigenen Lebens und des Machbaren
- Offenheit für jüngere Generationen/Neugier bis ans Lebensende
- Versöhnt sein mit seiner eigenen Lebensgeschichte (Wohlbefinden mit Vergangenheit)

Zur gesellschaftlichen Wahrnehmung des Alters heute

- Während das dritte – ‚junge‘ – Alter eine umfassende gesellschaftliche Neubestimmung erfährt, wird die vierte Lebensphase der Hochaltrigkeit nach wie vor mit den klassischen negativen Altersbildern versehen.
- In einem gewissen Sinne war die soziale Aufwertung des dritten Lebensalters entlang Leitvorstellungen eines aktiven Alters begleitet von einer verstärkten defizitorientierten Abwertung des vierten Lebensalters.
- Angst vor Demenz gehört heute zu den stärksten Altersängsten. Jede sechste Person, in der Westschweiz gar jede fünfte, würde mit der Diagnose Alzheimer eher nicht mehr weiterleben wollen.