

Depression und Alter

Interdisziplinäre Fachtagung in Düsseldorf beschäftigte sich auch mit den Chancen für ein gesundes Älterwerden

von Andrea Icks und Sabine Schindler-Marlow

Unsere Gesellschaft altert. Dabei wird „Altern“ häufig mit Einschränkung, Krankheit etc. verbunden. Neben chronischen somatischen Erkrankungen spielen psychische Probleme, hier besonders die Depression, eine wichtige Rolle. Tatsächlich kann das Alter Ereignisse mit sich bringen, die depressionsauslösend sein können, wie Verlustsituationen oder das Auftreten von Krankheiten.

Das Altersbild verschiebt sich jedoch zunehmend. Heute rücken auch die Potenziale älterer und betagter Menschen stärker ins Blickfeld. Eine Tagung zum Thema „Depression und Alter“ kürzlich im Haus der Ärzteschaft in Düsseldorf beschäftigte sich mit Chancen und Kompetenzen des Alters – auch als Möglichkeit, Depressionen zu vermeiden oder mit ihnen umzugehen. Zu einer Plenumsveranstaltung mit namhaften Referentinnen und Referenten und fünf zum Teil multiprofessionell ausgerichteten Workshops kamen über 200 Besucher.

Langlebigkeit verpflichtet

„Senioren bringen vielfältige Leistungen – zum Wohle der Gesellschaft, aber auch zu eigenem Wohle, denn Gebraucht-Werden ist ein wichtiger Bestandteil eines zufriedenen Lebens“, sagte in ihrem Eröffnungsreferat Professor Dr. Ursula Lehr. Die ehemalige Bundesministerin für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit ist am Lehrstuhl für Altersforschung in Tübingen auch nach ihrer Emeritierung weiter aktiv.

Gesund und kompetent älter werden sei eine Herausforderung in unserer Zeit zunehmender Langle-

bigkeit. Zu einem zufriedenen und gesunden Älterwerden könne zum Beispiel die Übernahme eines Ehrenamtes durch Senioren beitragen. Vielfältige Möglichkeiten bestehen zum Beispiel auch beim Einsatz von Senioren in Bibliotheken, Begleitsdiensten für Schulanfänger oder Seniorenpatenschaften in Schulen. Die Gesellschaft müsse ihren Beitrag leisten und solche Aktivitäten möglich machen, indem sie entsprechende Rahmenbedingungen schaffe – zum Beispiel Weiterbildungsmöglichkeiten, Versicherungsschutz und Anerkennung ehrenamtlicher Dienste.

Präventionspotenziale im Alter

Auf die Ressourcen und Potenziale im Alter ging auch Prof. Dr. Wolfgang von Renteln-Kruse ein, Träger des Deutschen Präventionspreises 2005 und Leiter des Albertinenhauses in Hamburg. Erforderlich ist seiner Meinung nach ein grundsätzliches Umdenken, eine Betrachtung der Potenziale des Alters statt der Defizite, ein verbessertes gerontologisches und altersmedizinisches Wissen sowie die Bereitschaft der Zusammenarbeit in Netzwerken.

Ärztinnen und Ärzte können hier einen wichtigen Beitrag leisten. In Hamburg konnten durch ein aufsuchendes Angebot, in dem Senioren in kleinen Gruppen durch ein interdisziplinäres Team zu Lebensführung und altersgerechten Angeboten beraten wurden, gute Erfolge erreicht werden: die Einschätzung der gesundheitlichen Lage verbesserte sich, die Inanspruchnahme zum Beispiel von Gripeschutzimpfungen stieg und die Aktivitäten des täglichen Lebens erhöhten sich.

Zur Depression im Alter referierte Professor Dr. Manfred Wolfersdorf, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Bezirkskrankenhauses Bayreuth und einer der führenden Initiatoren zur Konzeption und Errichtung von Depressionsstationen in Deutschland. Er zeigte auf, dass sich im Alter die Depression häufig atypisch präsentiert, beispielsweise hinter einer Maske aus somatischen Symptomen, Angst oder hypochondrischen Klagen. Weiterhin werde die depressive Symptomatik oft als „natürliche Folge des Alterungsprozesses“ verkannt. Die Prognose jedoch ist grundsätzlich nicht anders als bei jüngeren Patienten. Auch im Alter ist die Depression gut behandelbar. Neben der Pharmakotherapie seien auch bei Betagten entgegen einer noch immer weit verbreiteten Skepsis psychotherapeutische Behandlungsansätze sinnvoll.

Bündnisse gegen Depression

Die Bündnisse gegen Depression in Düsseldorf und Duisburg haben die Depression im Alter zu einem Themenschwerpunkt gemacht. Sie informieren und sensibilisieren die Bevölkerung spezifisch zu diesem Thema, sprechen Betroffene an und organisieren Schulung und Fortbildung für unterschiedliche Professionen in der gesundheitlichen und sozialen Versorgung. So werden im Rahmen eines Projekts Fortbildungen für Pflegekräfte in stationären Einrichtungen der Alterspflege durchgeführt. Bisher konnten rund 20 der 50 Düsseldorfer Einrichtungen erreicht werden. Parallel wurden dazu fünf Fortbildungen für Ärzte zum Thema Depression im Alter durchgeführt. Ein Ziel dieser Fortbildungen ist es, zu einer verbesserten Kommunikation zwischen Patienten, Angehörigen, Altenpflegefachkräften und behandelnden Ärzten in stationären Einrichtungen der Altenpflege beizutragen.

Die Vorträge der Tagung am 7. Februar 2007 in Düsseldorf sind im Internet auf der Homepage www.depression-duesseldorf.de hinterlegt.