

# Ist Einsamkeit das Plutonium der dementiellen Kettenreaktion?



**Ankündigung für das interdisziplinäre Symposium am 25. Juni 2009 in den Wiener Börsensälen**

„Einsamkeit verdoppelt das Alzheimer Risiko“, titelte der Spiegel bereits in einer Ausgabe vom Februar 2007. US Mediziner vom Rush University Medical Center in Chicago untersuchten vier Jahre lang 823 Senioren mit einem Durchschnittsalter von 80 Jahren. Das Ergebnis der Studie zeigte auf, dass betagte Menschen, welche sich einsam fühlen, ein doppelt so hohes Risiko haben an Demenz zu erkranken als jene, welche sich sozial gut eingebettet fühlen. Vermutet wird, dass gewisse neuronale Systeme bei vereinsamten Menschen weniger ausgefeilt funktionieren. Die genauen Mechanismen, weshalb Einsamkeit Demenzerkrankungen begünstigen, sind jedoch unbekannt.

Eine der aktuellsten Untersuchungen, die sich mit der Thematik Vereinsamung und Demenz auseinander setzt, ist eine finnisch-schwedische Studie unter der Leitung von Krister Håkansson. Das renommierte Karolinska Institut erstellte gemeinsam mit der Universität aus Kuopio (Finnland) und

der Vaxjö University ein Langzeitstudie, die das Ergebnis der Rush University eindrucksvoll bestätigte. Die Studie wird derzeit unter dem Titel: „Unmarried Life – Paving the Way for Dementia?“ (Unverheiratet Leben – der gepflasterte Weg zur Demenz?) präsentiert.

Sicherlich ist es zu kurz gegriffen lediglich soziale Einflussfaktoren als Ursache für dementielle Erkrankungen zu vermuten. Die Medizin zeigt eine Vielzahl von physiologischen Ursachen und Möglichkeiten auf. Auch ist Demenz nicht gleich Demenz. Dennoch scheinen Vereinsamung und andere soziale Faktoren eine bisher durchaus unterschätzte Rolle bei der Entwicklung von Demenz zu spielen.

„Zu den knappen Rohstoffen der Zukunft wird etwas gehören, an dem man nicht sparen kann: Verwandte, Freunde, Beziehungen – kurzum das, was man soziales Kapital nennt“, schreibt Frank Schirmmacher. Weiters meint der Herausgeber der FAZ Frankfurter Allgemeinen Zeitung in seiner Publikation „Das Methusalem Komplott“: „Unser alltags- und politisches Bewusstsein unterschätzt nicht nur das Ausmaß des demographischen Bebens, sondern auch

die Geschwindigkeit, mit der sich die Risse in unserer Welt zeigen werden.“

Die Vereinsamung vieler alter Menschen ist kein erschreckendes Zukunftsszenario sondern bereits jetzt Realität. Dass Vereinsamung häufig der erste Schritt in Richtung Verwirrung ist, gehört für jene, die tagtäglich mit hochbetagten Menschen zu tun haben, nicht zu den neuesten Erkenntnissen. Aber was bedeutet es, wenn der Rohstoff „menschliche Nähe“ noch knapper wird als er bereits ist? Was bedeutet dies für uns und für die Generation unserer Kinder? Welche Optionen bleiben uns? Was bedeutet dies sowohl für ambulante als auch stationäre Einrichtungen? Selbst beste ambulante Pflege und Betreuung bietet keinen hinreichenden Schutz vor Vereinsamung. Im Gegenteil. Alte Menschen, welche aus somatischen Gründen zu Hause gepflegt werden, laufen eher Gefahr zu vereinsamen, als jene, welche in institutionellen Einrichtungen zumindest ein Mindestmaß an regelmäßigen Kontakten erleben können.

In Deutschland (Anm: wie auch in Österreich) werden etwa 40% der mittelschwer und schwer dementen Menschen mit einem hohen Bedarf an grundpflegerischen Maßnahmen in Pflegeheimen betreut. Entsprechend hoch ist ihr Anteil bei den HeimbewohnerInnen. Er liegt zurzeit bei rund 60%. Es ist zu erwarten, dass dieser Anteil in den nächsten Jahren weiter ansteigen wird. Diesem Trend steht jedoch die Tatsache entgegen, dass viele Pflegeeinrichtungen für diesen Personenkreis weder baulich noch fachlich entsprechend ausgerichtet sind. Mehr Geld, mehr MitarbeiterInnen und mehr Zeit scheinen vordergründig die einfachsten Antworten zu sein. Es ist jedoch auch der absehbare und sich allem An-

schein nach beschleunigende Rückgang unserer Bevölkerung, der das zentrale demographische Problem darstellt. Geld, MitarbeiterInnen und Zeit sind bereits jetzt nicht in unerschöpflichem Ausmaß vorhanden. Nicht nur das soziale Kapital, auch das wirtschaftliche wird auf Grund des demographischen Wandels knapper werden.

Die Antwort auf die zukünftigen Herausforderungen wird sich nicht aus den bisherigen Lösungen heraus ableiten lassen. Die bisherigen „Lösungen“ sind zum Teil die Mitverursacher des Problems. Die bisherige „Dienstleistungsorientierung“ erleichterte und entschärfte zwar vordergründig akute Situationen, dennoch zeigte sich, dass ältere Menschen ihre Selbstständigkeit verlieren wenn ihnen „alles abgenommen“ wird. Demenz zeigt sich durchaus auch als Folge einer „Sinnentleerung“. Eine stärkere bezugsorientierte Pflege wird zukünftig noch weniger finanzierbar sein als bisher. Allein deshalb kann und soll Zwischenmenschlichkeit kein überwiegend pflegedominantes Thema sein. Punktuelle Maßnahmen im Sinne verschiedenster Leistungen wie Gedächtnistrainings und ähnlichem sind wertvoll und wichtig können aber nur Ergänzungen im Alltag sein. Wer verfügt also über die so wichtige Ressource „Zeit und Nähe“? Eine mögliche Antwort auf diese Frage soll durch das „Normalitätsprinzip“ gegeben werden.

Zumindest die fortschrittlichen Geister der Altenbetreuung und Pflege sind sich darin einig, dass ein „Verinstitutionalisieren“ des Lebensumfeldes alter Menschen nicht die Zukunft sein kann. Selbstbestimmung, ein Höchstmaß an Freiheit und Normalität sind das Credo. Was genau ist aber unter dem derzeit kursierenden Begriff des „Nor-

malitätsprinzips“ tatsächlich zu verstehen? Was revolutioniert die Betreuung und Pflege älterer Menschen tatsächlich und können wir uns diese „Revolution“ leisten? Was bedeutet dies für die tradierten Rollen der einzelnen Berufsgruppen? Wer sind zukünftig Systemgewinner und wer die Verlierer?

Als eine mögliche Form des zukünftigen betreuten und stationären Wohnens kristallisiert sich derzeit das Hausgemeinschafts- oder auch Wohngruppenmodell heraus. Die stark auf Normalität und Geborgenheit angelegte Wohnform findet ihre Anfänge 1997 in vereinzelt Häusern in Frankreich und den Niederlanden.

Das KDA | Kuratorium Deutsche Altershilfe, welches im Rahmen vielfältiger Arbeiten zum Thema Lebensqualität und Pflege die Gefahr der Entpersönlichung thematisierte, war in weiterer Folge in der Thematik der Hausgemeinschaften in Deutschland richtungsweisend und federführend. Von dort aus fand die Idee ihren Weg nach Österreich. Hausgemeinschaften sind nicht als ein weiteres neues Pflegemodell zu verstehen, sondern sind als eine tiefgreifende, die bestehende Pflegeheimstruktur umwälzende, Entwicklung zu begreifen. Die Zielsetzung des Hausgemeinschaftsmodelles ist es, humane Alternativen zu den konventionellen, anonymen und oftmals pflegedominierten Anstalten zu entwickeln und diese vor allem tragfähig und nachhaltig umzusetzen.

In Österreich geht der Trend derzeit eindeutig in Richtung Haus-, bzw. Wohngemeinschaften. Zu beobachten ist dabei jedoch, dass die Adaptionen oft überwiegend gebäude- und strukturlastig sind. Die inhaltliche Ausgestaltung, welche den eigentlichen präventiven und rehabilitativen Zweck erfüllt, kommt häufig zu kurz. Oft werden diese Organisationskonzepte auch als „Sparmodelle“ missverstanden und können so ihren eigentlichen qualitativen Nutzen nicht voll entfalten. Einer der wesentlichen Aspekte des Hausgemeinschaftsmodelles ist eine Vermeidung von „institutionalisierter“ Vereinsamung. Ziel dabei ist es, durch Dezentralisierung ein Höchstmaß von MitarbeiterInnen aus „bewohnerfernen Regionen“ wie zum Beispiel einer Zentralküche, an die BewohnerInnen heranzuführen und so mehr „Zeit und Zwischenmenschlichkeit“ für BewohnerInnen zu gewinnen.

Wenn Vereinsamung den ersten Schritt in Richtung Demenz darstellt, ist dann so mancher Heimeinzug als ein Zeichen gesellschaftlichen Scheiterns zu sehen? Wie kann bestmöglich vermieden werden, dass ältere Menschen, auch bei bester ambulanter Pflege und Betreuung im sozialen Sinne nicht alleingelassen sind und ein „stationärer Aufenthalt“ vermieden werden kann? Gemeinwesenarbeit ist in diesem Zusammenhang ein Begriff, welcher derzeit eine gewisse Renaissance erfährt. Speziell im Segment des betreuten und betreibbaren Wohnens stellt sich die Frage welches denn die tatsächlichen Bedürfnisse unserer älteren Mitbürger sind. Die Universität Augsburg hat zu diesem Thema eine Längsschnittstudie erstellt. Unter der Leitung von Prof. Dr. Saup wurde der Fragestellung nachgegangen welche Aspekte für BewohnerInnen sowohl im strukturellen als auch zwischenmenschlichen Bereich qualitätsentscheidend sind. Darüber hinaus wurde untersucht, inwieweit und unter welchen Bedingungen betreutes Wohnen eine geeignete Wohnform für Menschen mit Demenz ist. Nicht nur im betreuten Wohnen und im klassischen Pflegeheim zeigt sich ein deutlicher Wandel. Auch in der Akutgeriatrie findet eine deutliche Emanzipation statt. Die klassische und zum Teil gradenlose Struktur des Krankenhauses wird auch dort verlassen.

Um eine tief greifende Veränderung im Seniorenwesen herbeizuführen, bedarf es eines umfassenden Verständnisses. Dazu ist es notwendig, dass die mittel- und unmittelbar Betroffenen (Pflege, Medizin, Architektur, BewohnerInnen, Angehörige ..) in einen Dialog treten. Nur so kann man einander näher und in weiterer Folge zu den BewohnerInnen kommen. Das von HHC & Partner veranstaltete Symposium am 25.6.2009 in den Wiener Börsensälen zielt darauf ab, diesen Dialog in Gang zu bringen.

**Interdisziplinäres Symposium**  
25. Juni 2009, Börsensäle Wien

**Teilnahmegebühren: Sondertarif**  
für Mitglieder von Lebenswelt  
Heim € 390,- (Normalpreis € 590,-)

**Information und Anmeldung:**  
HHC & Partner, T +43-1-2762751  
office@hhc-partner.com  
www.hhc-partner.com