

Alkoholmissbrauch im Alter

- wenig wahrgenommen, aber immer häufiger

Die Diagnose ist schwierig; das Thema ein gesellschaftliches Tabu. Da kann es nicht verwundern, dass Alkoholmissbrauch im Alter ein bislang offenbar unterschätztes Problem ist.

Die höhere Lebenserwartung durch medizinischen Fortschritt und die größere Verbreitung von Suchtmitteln haben dazu beigetragen, dass die Zahl älterer alkoholabhängiger Menschen alarmierend zunimmt.

Auswirkungen der Alkoholabhängigkeit treten im Alter anders in Erscheinung. Kündigung und Scheidung sind eher Auslöser als Folge der Erkrankung. Auch hier kommt es zu familiären Auseinandersetzungen; es gibt Rückzüge aus dem Verwandten- und Bekanntenkreis. Soziale Kontakte werden seltener. Durch den Alkoholkonsum werden Schuld- und Schamgefühle verstärkt, was zu weiterem Rückzug führt. Die ohnehin reduzierte Mobilität wird durch den Alkoholmissbrauch noch verstärkt. Der Verlust an Lebensqualität führt zu weiterem Alkoholkonsum.

Wie ist ein Ausstieg aus diesem Teufelskreis möglich? Hier ein Beispiel:

Herr M., 68 Jahre alt, war bis zum Eintritt in den Ruhestand als leitender Angestellter tätig. Die wenige Freizeit verbrachte er nahezu ausschließlich mit seiner Ehefrau, die Freude daran hatte, Wochenendaktivitäten und Urlaubsreisen zu gestalten. Kinder und Enkelkinder die in einer anderen Stadt wohnen kommen selten zu Besuch. Nach dem plötzlichen Tod der Ehefrau wurde für Herrn M. alles anders. Zu der Trauer kam das Gefühl der Einsamkeit und Schwierigkeiten, den Tagesablauf sinnvoll zu gestalten. Herr M. begann zu trinken.

Nach einigen Monaten kam er nicht mehr ohne tägliche Alkoholation aus. Es folgten eine gesundheitliche Verschlechterung und Stürze mit Verletzungen. Der Aufmerksamkeit und Ansprache des Hausarztes war es zu verdanken, dass Herr M. über seinen Alkoholmissbrauch nachdachte. Ausschlaggebend für die Bereitschaft zur Behandlung war jedoch die Tatsache, dass Herr M. bei einem Besuch seines Sohnes mit Familie seine Alkoholprobleme nicht mehr verbergen konnte und vom 8-jährigen Enkel angesprochen wurde: "Opa, du gehst ja so komisch und stinkst nach Schnaps!" Herr M. berichtet: "Ich habe mich noch nie in meinem Leben so geschämt und bin am nächsten Tag gleich zum Arzt gegangen und habe um Hilfe gebeten."

Herr M. ließ sich von seinem Hausarzt zur Entgiftung in ein Krankenhaus einweisen und befindet sich zur Zeit in einer Entwöhnungsbehandlung in einem Fachkrankenhaus, das eine gesonderte Behandlungsmöglichkeit für ältere alkoholranke Menschen anbietet.

Herr M. möchte sich nach seiner Entlassung einer Selbsthilfegruppe anschließen in der er sich als "Senior" aufgehoben fühlt. Ich finde es überlegenswert, in unserem Braunschweiger Freundeskreis eine gesonderte Gruppe für ältere Menschen mit Suchtmittelproblemen anzubieten.

In einer altersähnlichen Gruppe können die Schwierigkeiten und Probleme älterer Menschen offener thematisiert werden und finden mehr Raum, als das in altersgemischten Gruppen möglich ist. Wichtige Themen sind:

- unbewältigte Kriegs- und Nachkriegserfahrungen,

- Nachlassen geistiger und körperlicher Kräfte,
- Krankheiten und das daraus entstehende Gefühl von Wertlosigkeit und Minderwertigkeit,
- Verlust des beruflichen Status,
- Befürchtung, in Vergessenheit zu geraten,
- Tagesstruktur,
- Wissensschätze weitergeben,
- Aufbau von Außenkontakten,

- Wiederentdecken von Fähigkeiten und Hobbies.

Ich denke hierbei in erster Linie nicht an Menschen, die in "ihrer" Selbsthilfegruppe alt geworden sind, sondern an Frauen und Männer, die sich im höheren Alter erstmalig mit ihrem Alkoholproblem auseinandersetzen oder deren Suchtproblematik nach Jahrzehnten der Abstinenz wieder aufgetreten ist.

Würde und Selbstachtung lässt sich in jedem Alter zurück gewinnen.

Elsbeth Scheel