

Suizid im Alter: Ein Tabu der Gesellschaft

Der Mittelfränkische Geriatrietag diskutiert das Problem — Interview mit Psychologin

Einsam, krank und am Ende — immer mehr alte Menschen begehen Selbstmord. Die bundesweite Suizidrate bei älteren Männern und Frauen ist in den vergangenen drei Jahrzehnten gehörig gestiegen. Linda Schwarz (28), Psychologin an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Nürnberg, arbeitet überwiegend mit alten Patienten auf der Station mit dem gerontopsychiatrischen Schwerpunkt zusammen. Beim morgigen 13. Mittelfränkischen Geriatrietag hält sie einen Vortrag über „Suizid im Alter“, ein von Ärzten und Angehörigen vielfach unterschätztes Thema.

Frau Schwarz, „Suizid im Alter“ ist für viele bislang kein Thema gewesen. Wieso?

Linda Schwarz: Suizid im Alter wird von der Gesellschaft tatsächlich kaum wahrgenommen, obwohl die Selbstmordrate alter Menschen stetig steigt und das Thema eine unglaubliche Brisanz hat, wenn man sich unsere demographische Entwicklung ansieht. Viele glauben jedoch, dass vor allem junge Menschen besonders selbstmordgefährdet sind. Aber die Realität ist, dass Männer über 90 Jahren die Hauptrisikogruppe sind. Diese Tatsache unterstreicht die Notwendigkeit von weiteren Präventionsprogrammen, speziell für diese Gruppe.

Was treibt alte Menschen in den Selbstmord?

Suizid im Alter: Ein Tabu der

Der Mittelfränkische Geriatrietag diskutiert das Problem —

Schwarz: Ein wichtiger Grund ist soziale Isolation und Einsamkeit. Außerdem ist keine Lebensphase so stark von Verlusten geprägt wie das Alter. Oft sind es auch mehrere körperliche Erkrankungen und starke Schmerzen, die alte Menschen dazu veranlassen, ihrem Leben ein Ende zu setzen. In den meisten Fällen steckt aber eine psychische Erkrankung dahinter, vor allem Depressionen. Und daher gilt es, gerade die Altersdepression noch viel mehr ins Bewusstsein der Leute zu rücken.

Eine Studie der Berliner Charité sorgte vor kurzem für Wirbel, weil darin die Angst vor Pflegeheimen als ein weiteres Motiv für Suizid genannt wurde.

Schwarz: Wenn man die Studie nur auf den einen Aspekt beschränkt und damit den Alten- und Pflegeheimen die Schuld zuschiebt, wird man ihnen nicht gerecht. Natürlich machen skandalöse Geschichten aus Pflegeheimen Schlagzeilen und ich will „schwarze Schafe“ in der Branche auch gar nicht verharmlosen. Aber inzwischen gibt es eine große Bandbreite an Heimen, zum Teil mit neuen Konzepten und Projekten, wo alte Menschen ihren Lebensabend aktiv gestalten



Psychologin Linda Schwarz.

Foto: Giulia Iannicelli

und mit anderen Menschen teilen können. Insgesamt müssen wir uns weg bewegen von dem Image Altenheim als Endstation.

Beschwerden im Alter werden oft damit abgetan, dass der- oder diejenige einen „schlechten Tag“ hat. Woran kann man nun eine Altersdepression erkennen?

Schwarz: Wichtig ist es, auf Symptome zu achten wie Schlaflosigkeit, Phasen des Grübelns, Appetitlosig-

Gesellschaft

Interview mit Psychologin

keit, Gewichtsverlust oder sozialen Rückzug. Bei älteren Menschen stehen zudem häufig körperliche Symptome im Vordergrund.

Schätzen Ärzte und Angehörige solche Symptome immer richtig ein?

Schwarz: Nein, leider nicht. Das hat zum einen damit zu tun, dass alte Menschen sich schwer tun, Schwächen zuzugeben und sie befürchten, als geisteskrank abgestempelt zu werden. Auch niedergelassenen Ärzten gelingt es häufig nicht, eine Altersdepression zu erkennen. Erschwerend kommt in unserem Gesundheitswesen hinzu, dass ältere Patienten häufig keine adäquate Behandlung bekommen. Anstatt Antidepressiva und/oder einer Psychotherapie werden oft in die Abhängigkeit führende Beruhigungsmittel verschrieben. In Nürnberg haben wir allerdings durch das Modellprojekt „Bündnis gegen Depression“ inzwischen sehr achtsame und gut geschulte Ärzte. Dies alles hat mit dazu beigetragen, dass Depressionen sehr viel besser erkannt und behandelt werden und in Folge dessen auch die Suizidrate um 20 Prozent zurückging.

Wie kann die Situation für alte Menschen verbessert werden?

Schwarz: Wünschenswert wäre, wenn alte Menschen, die sich mit Suizidgedanken herumtragen, mehr kompetente Beratung bekommen würden und schnell auf ein breites Netz professioneller Hilfe zurückgreifen könnten. Strukturen wie das Zentrum für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg können hierbei hilfreich sein.

Aufklärungsbedarf besteht aber auch allgemein im Umgang mit Suizid und Depression. In der Bevölkerung gibt es in dieser Hinsicht leider große Unsicherheiten und Vorurteile. Viele Leute trauen sich nicht, die Betroffenen anzusprechen. Weil sie glauben, dann würden sie den Menschen erst auf Selbstmordgedanken bringen. Ein zweites Vorurteil ist, „wer über Selbstmord redet, tut sich eh nichts“. Das ist aber genauso falsch. Man muss jeden Hinweis unbedingt ernst nehmen, auch Warnhinweise wie „Ich falle allen zur Last“ oder „Ich sehe keinen Sinn mehr“.

Interview: J. SÄUBERLICH

i Der 13. Geriatrietag des Geriatrie-Fördervereins Mittelfranken findet morgen im Diakoniewerk Martha-Maria, Nürnberg, Stadenstraße statt. Themen sind um 14.30 Uhr „Suizid im Alter“, um 15.15 Uhr die „Patientenverfügung“ und um 16.30 Uhr die „Wohngruppe OLGA, Oldies leben gemeinsam“.