



Autor: Béatrice Christen
Zürich West
8048 Zürich
tel. 044 913 53 33
www.lokalinfo.ch

Auflage	20'055	Ex.
Reichweite	n. a.	Leser
Erscheint	woe	
Fläche	40'887	mm ²
Wert	2'400	CHF

Sucht im Alter kommt auf Tisch

Im Rahmen der Vortragsreihe «Wohlbefinden im Alter» bringt das Gesundheits- und Umweltdepartement der Stadt Zürich das Thema «Sucht im Alter» zur Sprache.

Béatrice Christen

Zum brisanten Thema «Sucht im Alter» nimmt nächsten Montag im Volkshaus – nach einer Einführung von Stadträtin Claudia Nielsen – Thilo Beck, Chefarzt Psychiatrie der Arud-Zentren für Suchtmedizin, Stellung. «Zürich West» hat sich mit ihm unterhalten und erfahren, dass der Konsum psychoaktiver Substanzen über alle Kulturen und Epochen der menschlichen Geschichte beobachtet wird. Doch wann spricht man von Sucht? Beck erklärt: «In Massen und vernünftig konsumiert, überwiegt in der Regel der erlebte Nutzen die möglichen Schäden und Risiken. Ein Konsummuster wird dann als süchtig oder problematisch beurteilt, wenn eine durch den Konsum und seine Folgen bedingte starke Beeinträchtigung der Lebensführung beziehungsweise der Lebensqualität und/oder der psychischen, körperlichen oder sozialen Gesundheit vorliegt und Betroffene trotzdem nicht vermögen, den Konsum auf ein verträgliches

Mass zu reduzieren oder einzustellen.»

Sucht bei älteren Menschen

In erster Linie kennt man die Abhängigkeit von Alkohol und Tabak. Beck betont aber: «Beruhigende und schlaffördernde Medikamente werden bei älteren Menschen häufig verschrieben und können bei längerer Anwendung ein nicht unbeträchtliches Suchtpotenzial entwickeln. Mit der in das Seniorenalter aufrückenden Babyboomer-Generation haben wir es zusätzlich mit weiteren Substanzen wie Cannabis, Kokain und Opiaten zu tun.» Beck weist darauf hin, dass es Menschen gibt, die erst im letzten Lebensabschnitt süchtig werden. Man nimmt an, dass ungefähr ein Drittel der vom Alkohol abhängigen Senioren erst im Rentenalter mit dem Trinken angefangen haben. Oft sei es eine Lebensumstellung durch die Pensionierung oder eine andere Veränderung des gewohnten Lebens, welche die Betroffenen zur Abhängigkeit führe.

Was kann man tun, wenn die Sucht erkannt wird? Zunächst erfolgt eine umfassende Information über Wirkungen und Nebenwirkungen der einzelnen Substanzen. Dabei sind die Regeln eines vernünftigen Gebrauchs psychoaktiver Substanzen von Bedeutung. Auf diese Weise kann sich

ein Betroffener ein Bild machen, ob er sich quasi im grünen Bereich bewegt oder ob möglicherweise Änderungsbedarf besteht. Ein genaues Hinsehen und adäquate Rückmeldungen im sozialen Umfeld, von Betreuern und Hausärzten, seien für Betroffene eine wichtige Unterstützung, helfen ihnen, mögliche Probleme zu erkennen und Änderungsmotivation zu entwickeln, weiss Beck. In der Behandlung geht es darum, gemeinsam mit dem Betroffenen relevante und realistische Zielsetzungen zu erarbeiten und umzusetzen. Auf den Konsum bezogen, kann dies eine Konsumreduktion, kürzere oder längere Konsumpausen oder ein gänzlicher Verzicht sein.

Umgang mit Medikamenten

Im Volkshaus gehört die Bühne nach der Pause, in der Getränke serviert werden, Valeria Dora, Apothekerin und Präsidentin des Verbands Stadtzürcher Apotheken. Sie widmet sich dem Thema «Aktiv bleiben im Alter dank oder trotz Medikamenten». Sie nimmt Stellung zur Behandlung von Beschwerden, die medikamentös behandelt werden müssen, und gibt Tipps, was bei einer Medikamententherapie zu beachten ist.

Montag, 5. September, 14 Uhr., Volkshaus Zürich, Stauffacherstrasse 60.

Autor: Béatrice Christen
Zürich West
8048 Zürich
tel. 044 913 53 33
www.lokalinfo.ch

Auflage	20'055	Ex.
Reichweite	n. a.	Leser
Erscheint	woe	
Fläche	40'887	mm ²
Wert	2'400	CHF



Jeder dritte Alkoholabhängige begann erst im Alter zu **trinken.** Foto: mai.