Sucht im Alter

Im Pflegefall und im höheren Alter sind Suchterkrankungen eine besondere Gefahr. Aber es lohnt sich, sein Verhalten zu ändern.

20. Januar 2022

Unter Suchterkrankungen leiden Menschen nahezu jeden Alters und jeder gesundheitlichen Verfassung. Für Pflegebedürftige und Menschen in höherem Alter stellt eine Suchterkrankung allerdings in besonderer Weise ein Risiko dar, die vorhandene Gesundheit zu verlieren. Doch der Kampf gegen die Sucht lohnt sich in jedem Alter und jeder Lebenslage.

Die häufigsten Abhängigkeiten im Alter bestehen laut der Stiftung Gesundheitswissen zu Alkohol, Tabak und Medikamenten. Insbesondere bei der Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit unterscheidet sich das Muster des Konsums zu dem in jüngeren Altersgruppen. Es kommt weniger zu pointiert forcierten Rauschzuständen als zu einem beständigen Pegel über den ganzen Tag hinweg.

Alkohol und Medikamente wirken im Alter anders

Alkohol wird vor allem aufgrund des im Alter geringeren Flüssigkeitsanteils im Körper zum Problem. Die Konzentration des Alkohols im Blut ist dadurch bei älteren Menschen höher und die Leber benötigt mehr Zeit für den Abbau. Hierdurch kommt es zu Erhöhung oder Reduktion der Wirkung von Medikamenten. Der epidemiologische Suchtsurvey, die derzeit aussagekräftigste Erhebung, stellt fest, dass 15 % der über 60-Jährigen einen riskanten und 13,1 % einen problematischen Alkoholkonsum aufweisen. Missbräuchlicher oder abhängiger Alkoholkonsum betrifft jeweils 1,3% der betrachteten Altersgruppe.

Eine missbräuchliche Verwendung von Schmerzmittel trifft auf 4,3 % der über 60-Jährigen zu, 3,6 % sind abhängig. Schlafmittel nehmen 0,3 % missbräuchlich und 0,2 % abhängig ein. Bei Beruhigungsmitteln liegt der Anteil des Missbrauchs bei 0,8 % und der Abhängigkeit bei 0,3 %.

Für Pflegebedürftige ist der Einfluss einer Substanzabhängigkeit auf den Gesundheitszustand besonders relevant. So steigen beispielsweise das Sturz- und Verletzungsrisiko aufgrund der durch die Substanzen eingeschränkten Koordinationsfähigkeit. Auch kognitive Beeinträchtigungen sind möglich und die Belastung für pflegende Angehörige steigt durch das Suchtverhalten. Die noch vorhandene Selbstständigkeit leidet in der Regel unter einer Suchterkrankung und der Pflegebedarf erhöht sich.

Die Sucht gefährdet die Versorgung in der Pflege

In der ambulanten Pflege stellen Suchterkrankungen eine Gefahr für die Versorgung dar, denn häufig neigen Suchterkrankte dazu, sich nicht auf Verbindlichkeiten einzulassen und Termine schleifen zu lassen. So finden beispielsweise notwendige Begutachtungen oder Arzttermine nicht statt oder gefasste Vorsätze zur Verbesserung der Pflegesituation wie beispielsweise Änderungen im Tagesablauf werden nicht umgesetzt.

Auch die Heimplatzsuche kann für Menschen mit Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit außerordentlich schwierig sein kann, denn wichtig ist, dass das Heim beispielsweise beim Essen keinen Alkohol ausschenkt und auch die Medikamentengabe überwacht wird.

Die Sucht zu thematisieren hilft allen Beteiligten

Wenn das direkte Gespräch über die Abhängigkeit und das damit verbundene Verhalten schwierig ist, kann die Pflegeberatung eine gute erste Anlaufstelle sein, um neben den Fragen zur pflegerischen Versorgung auch die Suchterkrankung zu thematisieren. Dabei gilt: Je besser das Umfeld der erkrankten Person in die Beratung eingebunden ist, desto besser kann die Versorgung geregelt werden. So entsteht eine stabile Basis, die den Raum für eine Verhaltensänderung bietet. Pflegeberaterinnen und Pflegeberater kennen auch die vorhandenen Suchtberatungsstellen und verweisen Ratsuchende an diese.

Entgegen verbreiteter Vorurteile wie „Das lohnt sich nicht mehr“ ist längst erwiesen, dass Ältere und Pflegebedürftige mindestens ebenso von Beratung und Behandlung profitieren wie Jüngere. Durch Verhaltensänderungen erreichen ältere und pflegebedürftige Menschen mit Suchterkrankung oft sehr schnell eine höhere körperliche Fitness sowie eine Verbesserung der Gedächtnisleistung. Beratungsgespräche oder eine entsprechende Psychotherapie führen meist ganz unmittelbar zu einer spürbaren psychischen Entlastung und zu mehr Lebensfreude.

Hilfreiche Informationen und Links:

Sicherheit bei der Medikation erlangen Informationen des Bundesgesundheitsministeriums Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. Angebote zum Thema „Missbrauch und Abhängigkeit im Alter“ Über die Auswirkungen von Alkoholkonsum im Alter Tipps zum Starkbleiben Praxishilfe der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz für Unterstützende