



Trinkende Senioren bringen Altersheime an ihre Grenzen

Gesundheit Immer mehr ältere Menschen haben Alkoholprobleme. Alterszentren und Spitex-Organisationen in Zürich gehen unterschiedlich mit trinkenden Heimbewohnern um – und sind manchmal überfordert.

Tim Wirth

Einmal, als der Lift abrupt stoppte, habe er ein ganzes Zweierli Roten ausgeschüttet. Doch sonst hat Heinz Kamber (Name geändert) sein Weinglas fest im Griff – und der Alkohol ihn.

Nach dem Frühstück trinkt der 80-Jährige sein erstes Glas. Wenn er zu Bett geht, ist ein ganzer Tetrapak Rotwein leer. Häufig sitzt Kamber ruhig an seinem Lieblingsfenster im Alterszentrum Waldfrieden in Pfäffikon ZH und beobachtet Vögel. «Schau, ein Milan», sagt Kamber, «ich bin auch ein bisschen wie er: ein Vogel.» Doch der Vater von erwachsenen Kindern kann auch anders: Abends schimpft er die Pflegefachfrau manchmal eine «blöde Schlampe».

Vor der Pension hat Heinz Kamber ein Geschäft in der Region geführt. In seiner Freizeit spielte er Tanzmusik am Klavier.

Der tägliche Tetrapak

Beim Mittagessen im Alterszentrum sitzt Kamber immer alleine. Andere Bewohner schauen sich gemeinsam Filme an, backen Kekse. Kamber nicht, er nimmt dafür manchmal das Taxi, fährt ins Dorf, trinkt dort und merkt dann, dass er zu wenig Geld für den Rückweg hat.

Heinz Kamber ist süchtig. Er trinkt den täglichen Tetrapak nicht wegen des Bouquets, sondern wegen der 13 Volumenprozent. Dieses sogenannte Pegeltrinken ist bei Menschen ab

65 Jahren am häufigsten verbreitet, sechs Prozent dieser Altersgruppe pflegen laut der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2017 einen chronisch-risikoreichen Konsum. Und viele dieser Menschen leben in Altersheimen oder werden von Spitex-Organisationen betreut.

Wie die Alterszentren in Zürich mit trinkenden Seniorinnen und Senioren umgehen, wollte Markus Baumann, Zürcher GLP-Gemeinderat, vom Stadtrat wissen. Er reichte eine schriftliche Anfrage ein, die Antworten befriedigten ihn aber nur so halb. «Man hat sich viele Gedanken gemacht. Konkretes, Pilotprojekte, Nägel mit Köpfen fehlen aber.»

Dass der Umgang mit Suchtproblemen in den Alterszentren und Spitex-Organisationen vor immer grössere Probleme stellt, zeigt eine noch unveröffentlichte Studie des Bundesamtes für Gesundheit (BAG). Der Tenor: Ältere Menschen mit Alkoholproblemen überfordern teilweise die Institutionen. Die trinkenden Senioren gefährden sich selbst, werden gegenüber ihren Betreuern ausfällig und belästigen ihre Mitbewohner. Die Einrichtungen wissen häufig nicht, wie sie darauf reagieren sollen.

Spezialinstitutionen fehlen

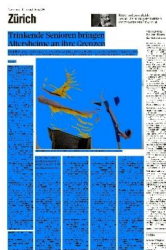
Unterschiedliche Faktoren akzentuieren derzeit das Problem in der Betreuung durch die Alterszentren und die Spitex. Es gibt immer mehr Seniorinnen

und Senioren, dadurch steigt auch die Zahl der älteren Alkoholsüchtigen. Zudem wird das

Ist es okay, wenn ein Bewohner eine Flasche Wein trinkt und dann umkippt?

Problem laut der BAG-Studie verschärft, weil viele psychiatrische Kliniken ihre Langzeitabteilungen schlossen. Das führt zu einem Mehraufwand für die Alterszentren und die Spitex. Und: «Die Alkoholsucht bei älteren Menschen wurde lange verharmlost und tabuisiert», sagt Domenic Schnoz, Leiter der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs, der die BAG-Studie begleitet. Die vom BAG befragten Institutionen behandeln ältere Menschen mit Alkoholproblemen unterschiedlich. Die Studie zeigt, dass viele Alterszentren und Spitex-Organisationen bei dieser Thematik noch nicht weit sind – insbesondere bei der Früherkennung.

«Die Strukturen in den Institutionen sind oftmals zu wenig ausgereift», sagt Studien-Mitautor Domenic Schnoz. Es gäbe vorbildliche Einrichtungen, aber bei vielen sei das Thema weit unten auf der Prioritätenliste. Geregelt Abläufe und Wissen fehle. Zudem seien die Haltungen unterschiedlich: Ist es okay, wenn ein Bewohner eine Flasche



Wein trinkt und dann umfällt? Hierfür müsse es eine gemeinsame ethische Haltung geben sowie einen Handlungsplan, wie die Mitarbeitenden im Alltag mit den Alkoholproblemen der Bewohner umgehen sollen.

Die Studie des Bundesamts für Gesundheit zeigt, dass spezialisierte Institutionen die herkömmlichen Alterszentren und die Spitex entlasten können. Aber viele solcher Einrichtungen hätten Wartelisten und könnten momentan keine Menschen mit Alkoholproblemen mehr aufnehmen. Im Kanton Zürich gibt es zwei solche spezialisierten öffentlichen Heime: eines in Zürich-Selnau, eines in Pfäffikon. Heinz Kamber wohnt seit eineinhalb Jahren im Alterszentrum Waldfrieden oberhalb von Pfäffikon. Wie alle Bewohner mit Alkoholproblemen hat er eine Vereinbarung ausgefüllt. «Ich habe mit der Leitung abgemacht, wie viele Weingläser ich täglich trinke», sagt Kamber: «Drei kleine.» Irene Thenen, die Leiterin im Waldfrieden, schaut später in den Unterlagen nach. Sie sagt: «Vier grosse.» Es sei typisch, dass Alkoholiker ihren Konsum schönreden.

Ziel: Kontrollierter Konsum

Wenn Heinz Kamber die abgemachten vier Gläser intus hat, bekommt er keines mehr. Auch nicht, wenn er im Dorf trinkt. Seine Frau bringt im Zweiwochenrhythmus Nachschub. Die mit Filzstift beschrifteten Tetrapak lagern im Keller und werden von den Mitarbeitenden ausgeschenkt.

Im Alterszentrum Waldfrieden ist ein kontrollierter Konsum das Ziel. Der Alkohol muss mit den Medikamenten kompatibel sein, das Verhalten der Trinkenden für die Bewohner und Mitarbeitenden erträglich. Ein Ent-

zug kommt nur infrage, wenn die Betroffenen ihn wollen. Mehr als die Hälfte der 34 Bewohnerinnen und Bewohner im Waldfrieden haben ein Alkoholproblem, die restlichen andere psychiatrische Diagnosen. Derzeit nimmt das Alterszentrum keine Menschen mit Alkoholsucht mehr auf, obwohl es immer wieder Anfragen gibt. «Der Mix muss stimmen», sagt Leiterin Irene Thenen. Bewohner mit psychischen Problemen hätten eine dünne Schutzschicht und seien oft von den Alkoholikern überfordert.

«Heinz Kamber hätte es in einem gewöhnlichen Altersheim schwer», sagt Irene Thenen. Er könnte wegen seiner Sucht von den anderen Bewohnern ausgegrenzt werden. Thenen hat den direkten Vergleich, denn sie leitet auch noch ein konventionelles Alterszentrum, den Rosengarten in Uster. Dort sei übermässiger Alkoholkonsum selten ein Problem. «Wenn jemand eine Flasche Whisky pro Tag trinkt, was schon vorgekommen ist, sprechen wir ihn darauf an», sagt Thenen. Alkoholvereinbarungen gibt es aber nicht.

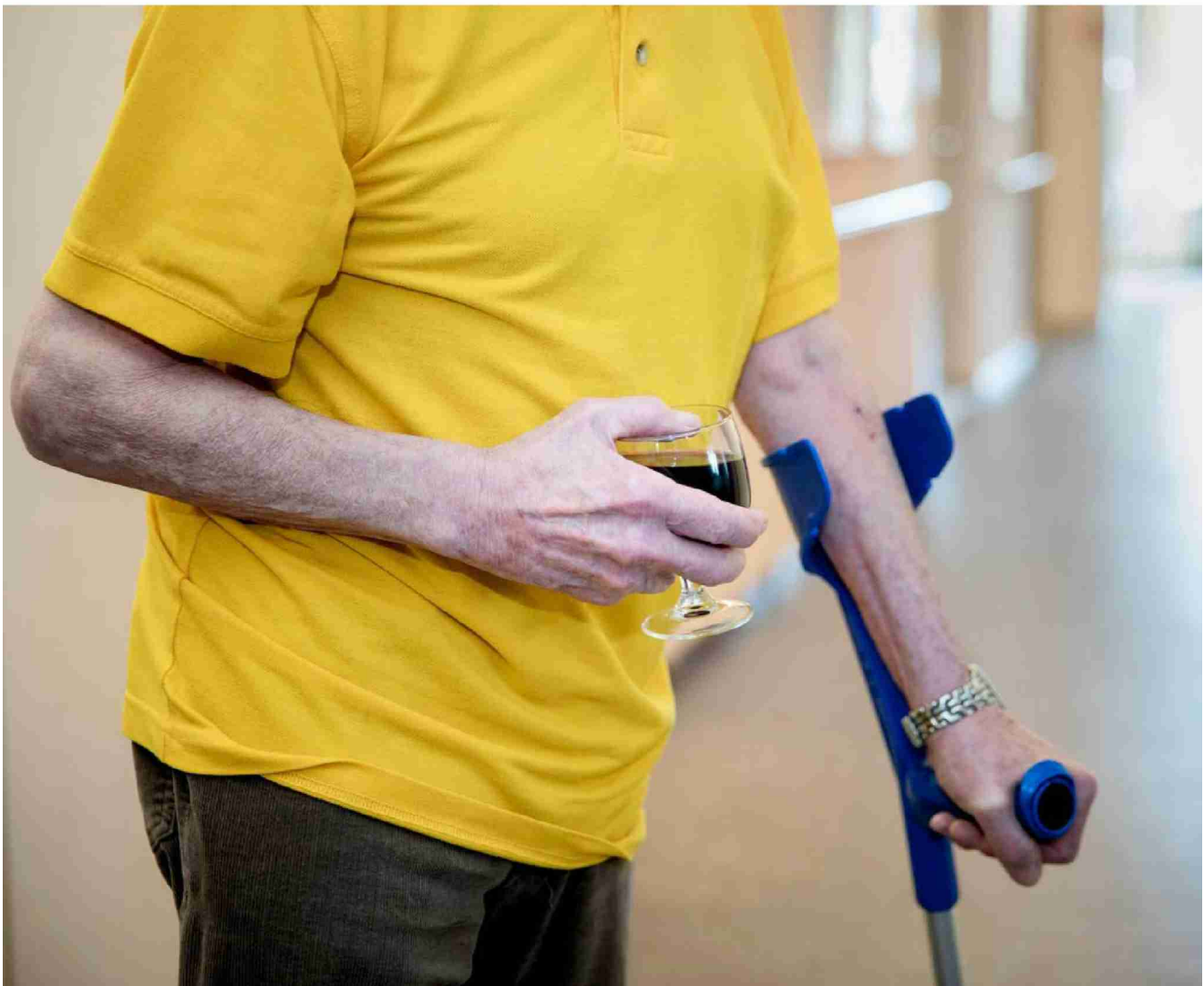
In Alterszentren ist es einfacher, Suchtproblematiken zu erkennen, als wenn jemand zu Hause wohnt. Die Bewohner beobachten sich. Es gibt eine soziale Kontrolle. Trotzdem sei es schwierig, bei älteren Menschen eine Alkoholproblematik zu identifizieren, sagt Psychotherapeutin Petra Bald. Betroffene gingen oft zum Arzt und liessen die Symptome behandeln, die ihre Sucht maskierten: Verdauungsschwierigkeiten, Verwirrtheit, Herzprobleme. Das eigentliche Problem – die Alkoholsucht – bleibe ungelöst. Bald führt Beratungen in der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme

durch. «Immer mehr Menschen, die das Pensionsalter überschritten haben, kommen zu uns», sagt sie. Vermittelt werden sie unter anderem durch die Spitex oder durch Angehörige.

Hütedienst mit null Promille

Die älteren Menschen hätten oft keine Struktur mehr, die Halt gebe. Dazu komme ein Mangel an menschlichen Beziehungen. Auch körperliche Umstände würden eine Sucht begünstigen: «Der Alkohol wirkt im Alter stärker und bleibt länger im Körper», sagt Bald. Bei den Beratungen der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme arbeiten die Betroffenen in kleinen Schritten. Sie versuchen zum Beispiel, den Hütedienst der Enkelkinder für einmal mit null Promille anzutreten.

Für GLP-Gemeinderat Markus Baumann ist klar: Es braucht im ganzen Kanton Zürich Möglichkeiten für ältere Menschen mit Alkoholproblemen und eine verlässliche gemeinsame Linie. So dass Menschen wie Heinz Kamber weiterhin an ihrem Lieblingsfenster sitzen können. Mal in sich gekehrt, mal aufbrausend. Und vor allem so selbstbestimmt wie möglich.



Am Morgen ist Alkoholiker Heinz Kamber ruhig. Gegen Abend kann er jedoch ausfällig werden. Foto: Dominique Meienberg