

Hilfe bei psychischen Problemen im Alter



Bild: zvg

Haus 2 in Burgdorf, 3. Stock: Hier werden ab September über 65-jährige Psychatriepatienten stationär behandelt.

Endlich pensioniert! Diesen Moment erleben längst nicht alle positiv. Wer wegen einer psychischen Erkrankung im Alter professionelle Hilfe benötigt, erhält diese ab September auch in Burgdorf.

Markus Hächler

Freizeit, eigener Lebensrhythmus, Familie, Kollegen, Reisen, Hobbys: Das Rentnerdasein bietet viele positive Aspekte. Voraussetzung: Die Gesundheit spielt mit. Dabei denkt man automatisch an den körperlichen Abbau im Alter. Ebenso entscheidend ist aber auch die psychische Verfassung.

Je nach Lebenssituation und Natürlichkeit können Ängste vor finanziellen Problemen, Alleinsein, Krankheit und Tod den Start in die neue Freiheit überschatten oder sogar komplett

«Depressionen im Alter bleiben oft lange unerkannt.»

verdunkeln: in Form eines seelischen Dauertiefs, das alle Kräfte raubt und bis zu Selbstmord-Gedanken führen kann. Laut epidemiologischen Schätzungen entwickeln bis zu 40 Pro-

zent der über 65-Jährigen depressive Symptome.

Fatale Wechselwirkungen

Depressionen im Alter bleiben oft lange unerkannt. Veränderungen der Gefühlslage und des Verhaltens werden dem Alterungsprozess oder körperlichen Krankheiten zugeordnet, weil diese zunehmend auftreten. Dabei erhöhen psychische und somatische Krankheiten das gegenseitige Risiko und beeinflussen sich negativ. Beispielsweise steigt nach einem Herzinfarkt das Risiko einer Depression und die Depression erhöht ihrerseits das Risiko eines zweiten Herzinfarkts.

Eine Rolle spielen auch neurodegenerative Krankheiten: Bis zum Jahr 2040 rechnen Fachleute mit rund 300 000 Demenzzkranken in der Schweiz. Die Krankheit wird laut Schätzungen jeden neunten Menschen über 65 und jeden Dritten über 90 ereilen.

Neu: stationäres Angebot

Die Diagnose und Behandlung von Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen im Alter ist Aufgabe der Alterspsychiatrie. Wenn ein geschützter stationärer Rahmen nötig wird, übernimmt die alterspsychiatrische Station, die im September in Burgdorf im 3. Stock des ehemaligen Bettenhauses (Haus 2) ihre Türen öffnet. Sie ergänzt die bisherigen Angebote der Alterspsychiatrie: die Memory Clinic, die alterspsychiatrischen Ambulatorien in Langnau und Burgdorf sowie den alterspsychiatrischen Konsiliardienst und die aufsuchende Alterspsychiatrie. Das Angebot für über 65-Jährige in einer psychischen Krise oder mit einer psychischen Störung greift dann, wenn eine ambulante Behandlung nicht genügt. Der stationäre Aufenthalt ist dabei – wie in der somatischen Medizin – vorübergehend und dient der Entlastung der Erkrankten, aber auch ihrer Angehörigen.

Hilfe auch für Angehörige

Das Leben mit psychischen Störungen belastet nicht nur die Betroffenen. Das familiäre Umfeld sowie Freunde, Kollegen und Nachbarn sind mit dem veränderten Verhalten und dem Leiden eines vertrauten Menschen immer wieder überfordert. Dr. med. Markus Guzek, Leitender Arzt Alterspsychiatrie und Memory Clinic: «Es ist wichtig, dass Angehörige unter starker emotionaler Belastung ebenfalls möglichst frühzeitig Hilfe anfordern und annehmen. So können sie Atem schöpfen und die Batterien wieder aufladen.»

Interdisziplinärer Ansatz

Das Spezifische an der Behandlung psychischer Krisen im Alter: Es gilt, mehr begleitende Erkrankungen zu berücksichtigen als bei jüngeren Patienten, auf geeignete Medikamentenkombinationen zu achten und besonders intensiv interdisziplinär

zusammenzuarbeiten. Das Team der Alterspsychiatrie selber besteht aus Psychiatern, Psychotherapeuten sowie Fachleuten der Neuropsychologie, Sozialarbeit und Psychiatriepflege.

Das Therapieziel: Die Patienten sollen das Leben in der gewohnten Umgebung sobald wie möglich wieder aufnehmen können. Zum Einsatz kommen individuell abgestimmte Einzel- und Gruppentherapien oder Körperarbeit. Die Patientinnen und Patienten werden durch Hausärzte oder Fachärzte der Psychiatrie, der Psychologie oder durch somatische Spital- und selbständige Fachärzte zugewiesen.

Nähe als Vorteil

Dass die alterspsychiatrische Station Teil des vertrauten Spitals ist, soll mit-

helfen, Bedenken und Ängste gegenüber psychischen Erkrankungen zu überwinden: «Die Schwellenangst gegenüber der Psychiatrie sinkt und die Bereitschaft, sich psychiatrische Hilfe zu holen, wächst», sagt Dr. med. Daniel Bielinski, Chefarzt Psychiatrie und Mitglied der Geschäftsleitung des Spitals Emmental.

Dazu kommt der Vorteil der räumlichen Nähe: Unter demselben Spitaldach befinden sich in Burgdorf die Memory Clinic, das alterspsychiatrische Ambulatorium und das gesamte Spektrum der somatischen Kliniken. Dr. med. Markus Guzek: «Das ermöglicht massgeschneiderte individuelle Behandlungspläne und im Bedarfsfall schnelle Reaktionen.»

Publikumsvortrag im August

«Ich bin einfach zu alt – Depression bei älteren Menschen». Unter diesem Titel informiert Dr. med. Markus Guzek, Leitender Arzt Alterspsychiatrie und Memory Clinic, am 15. August im Kurslokal des Spitals Burgdorf und am 22. August im Restaurant des Spi-

tals Langnau im Rahmen der öffentlichen Publikumsvorträge über die Depression im Alter. Vortragsbeginn 19 Uhr, Eintritt frei, Anmeldung nicht nötig. Im Anschluss an den Vortrag Fragerunde und alkoholfreier Gratis-Apéro. (hac)



Bild: Andreas Marbot