

vom 18. April 2012

Das Alter als Chance und Aufgabe



Dr. Christoph Rott

Wie sehen Wissenschaft und Politik die demografische Entwicklung? Wie wirken sich psychologische Stärken und Lebensbewertung auf die Lebenserwartung aus? Welche Aufgaben haben Gesellschaft und Kommunen? Diesen und weiteren Fragen ist Dr. Christoph Rott von der Uni Heidelberg nachgegangen. Am Montag sprach er dazu im Treffpunkt Stadtmitte.

VON GABY KIEDAISCH

WENDLINGEN. Zum zweiten Mal tagte der Kreisseniorerrat in Wendlingen (siehe auch den Bericht unten). Im Kleinen Saal begrüßte Rainer Häußler, Vorsitzender des geschäftsführenden Vorstands des Kreisseniorerrats, die zahlreich erschienenen Mitglieder und Gäste, darunter die Bundestagsabgeordneten Markus Grübel und Michael Henrich, die Landtagsabgeordneten Thaddäus Kunzmann und Andrea Lindlohr, Landrat Heinz Eininger, Sozialdezernent Dieter Krug, die Altenhilfefachberaterin Inge Hafner, die stellvertretende Vorsitzende des Landesseniorerrats Eva Balz und Bürgermeister Steffen Weigel sowie weitere Vertreter der Städte und Gemeinden. Dank galt MiT-Leiterin Heike Hauß und ihren Helferinnen.



„Wir alle wollen länger leben“, diesen Wunsch stellte Häußler in den Vordergrund, als er zum Thema „Demografischer Wandel – Chancen und Aufgaben für die Bürgergesellschaft und die Kommunen“ überleitete. Die Frage sei nur, wie können wir länger leben, was kann jeder selbst dazu beitragen, welche Aufgaben kommen auf die Kommunen zu?

„Der 11. September 2001 erschütterte die Welt, der 10. Mai 2002 auch“, begann Dr. Christoph Rott vom Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg sehr verheißungsvoll seinen Vortrag. Am 10. Mai 2002 veröffentlichten zwei Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts für demografische Forschung in Rostock eine Untersuchung, die nachwies, dass sich die Lebenserwartung in den letzten 160 Jahren kontinuierlich gesteigert hat – pro Jahr um drei Monate. Danach können die Menschen viel älter werden als bislang angenommen. Es gibt auch keinen Grund zu glauben, dass die maximale Lebenserwartung schon erreicht ist.

Was hat zur Zunahme der Lebenserwartung beigetragen? Dazu gab Rott zum einen den Rückgang der Säuglings- und Kindersterblichkeit an, zum anderen die gestiegene Lebenserwartung der 65–79-Jährigen sowie der über 80-Jährigen. Mit anderen

Worten: seit über sechs Jahrzehnten nimmt der Zugewinn in späten Lebensjahren zu. Zum Beispiel: Lag die Lebenserwartung von 65-jährigen Männern im Jahr 2000 noch bei plus 15,72 Jahren, lag sie im Jahr 2010 schon bei plus 17,47 Jahren, also eine Steigerung von 1,75 Jahren.

Vergleicht man Erhebungen des Statistischen Bundesamtes mit Christoph Rotts Bevölkerungsvorausberechnungen, gehen diese weit auseinander. Folgt man nämlich dem linearen Anstieg der letzten 160 Jahre, liegt die Lebenserwartung bei Frauen im Jahr 2060 bei 96,7 Jahren (nach Rotts Berechnungen), also 7,5 Jahre höher als das Bundesamt berechnet hat, bei Männern sind es 5,5 Jahre (85 Jahre), die die staatliche Statistik von der Rotts (90,5) abweicht. Die These des Wissenschaftlers der Uni Heidelberg ist demnach, dass das Ausmaß der künftigen Alterung von der Politik erheblich unterschätzt werde. „Die Gesellschaft ist deshalb schlecht auf diese Entwicklung vorbereitet“, warnt Rott.

Rott stellte drei mögliche Szenarien der zunehmenden Langlebigkeit gegenüber, dabei spielen Lebenserwartung, aber auch Krankheit und die damit verbundenen ge-

sundheitlichen Einschränkungen eine mehr oder weniger große Rolle. Studien hierzu bringen erstaunliche Schlüsse hervor. Danach hat zwischen 1999 und 2005 die Anzahl der behinderungsfreien Lebensjahre für Männer und Frauen zugenommen, aber nur unterhalb von 80 Jahren. Dennoch ist die Zunahme der behinderungsfreien Lebensjahre geringer als die Zunahme der Lebenserwartung. Damit steigt der Anteil an Lebenszeit in Pflegebedürftigkeit an. Die Schere der Entwicklungstrends ist besonders ausgeprägt im hohen Alter bei den über 85-Jährigen.

Die Gewinner sind heute die Alten in der dritten Phase zwischen 65 und 80 Jahren bei Männern und 85 Jahren bei Frauen. Sie verfügen im Allgemeinen über eine gute funktionale Gesundheit, ein hohes unausgeschöpftes Potenzial für eine bessere körperliche und geistige Fitness. Die Alten in der vierten Phase ab circa 80 beziehungsweise 85 Jahren leiden dagegen unter vermehrtem Auftreten von Krankheiten, verfügen über geringer werdende körperliche und geistige Ressourcen, die Pflegebedürftigkeit steigt, und sie sind in ihrer Selbstständigkeit bedroht.

Wie unterschiedlich Menschen verschiedenen Alters ihr Leben bewerten, das hängt von unterschiedlichen Kriterien ab wie Krankheiten, sportliche Aktivität, soziale Kontakte, Aktivitätseinschränkungen. Dabei stellt Altersforscher Rott anhand einer Studie fest, dass es mit zunehmendem Alter schwieriger wird, sein Leben positiv zu bewerten. Da komme es darauf an, wie sich jemand mit Einschränkungen arrangiert, wie selbstständig noch jemand ist, die Gesundheit allein ist nicht das entscheidende Kriterium. Wenn man allerdings die 100 Jahre schafft, dann wird der Blick auf das Leben positiv bewertet. Für die meisten Menschen, sagt Rott, ist das Leben bis ins höchste Alter lebenswert.

Welche Aufgaben haben danach Gesellschaft und Kommunen? Rott sieht hier den Erhalt der Gesundheit und Selbstständigkeit an zentraler Stelle, genauso wie die Förderung einer aktiven Lebensgestaltung bis ins hohe Alter und den Umgang mit eingeschränkten Ressourcen zu unterstützen. Dazu tragen ein aktiver Lebensstil sowie regelmäßige körperliche Aktivitäten bei, gesunde Ernährung, stetige geistige Herausforderung und soziale Kontakte.