

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



Demenz, Einsamkeit, Einschränkung der Mobilität

Eine katastrophale Kombination

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



## Demenz, Einsamkeit, Einschränkung der Mobilität

Im Vergleich zu jenen Personen, die nach den Werten der „Jong-Gierveld Loneliness Scale“ als nicht einsam galten, war das Risiko einer Demenz bei einsamen Personen mehr als verdoppelt. Dabei zeigte sich ein klarer Zusammenhang zwischen dem Grad der Einsamkeit und dem kognitiven Verfall der Probanden.

Quelle: [Archives of General Psychiatry](#) 2007, Vol. 64, S. 234-240

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



## „Rush Memory and Aging Project“

Als sozial isoliert gilt eine Person, die nicht verheiratet ist, nur ein kleines soziales Netzwerk hat und nur selten an Aktivitäten mit anderen Menschen teilnimmt.

Quelle: [Archives of General Psychiatry](#) 2007, Vol. 64, S. 234-240

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



Laut europäischen Erhebungen treffen heute nur  
27 Prozent aller älteren Menschen im Schnitt  
höchstens einmal im Monat Angehörige  
oder Freunde.

Süddeutsche Zeitung, 26. März 2013, **Tödliche Isolation**

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



## Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women

- 2004 und 2005 waren insgesamt 6500 Briten ab 52 Jahren zu ihren Lebensbedingungen befragt worden.
- 2012 wurde nachgeforscht, wer von den Probanden gestorben war.
- Gestorben waren 14 Prozent der Männer und Frauen.
- **Von denen, die keine Familie und Freunde hatten oder diese nur sehr selten sahen, starben im Beobachtungszeitraum 22 Prozent. Unter jenen Menschen, die viele Kontakte hatten, verschieden dagegen im gleichen Zeitraum nur zwölf Prozent.**

*Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*

Andrew Steptoe, Aparna Shankar, Panayotes Demakakos and Jane Wardle

# Der Einsamkeit im Alter begegnen



## Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women

### Mögliche Gründe für die erhöhte Todesrate:

- Ungesündere Lebensweise (Zigaretten, Alkohol, Essen, Bewegungsmangel) (Kontrolle fehlt)
- Unregelmäßige Medikamenteneinnahme
- Fehlende oder verspätete Hilfe in Notlagen

Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America

Andrew Steptoe, Aparna Shankar, Panayotes Demakakos and Jane Wardle

# Der Einsamkeit im Alter begegnen

Was können wir tun ??

## Symptome der Einsamkeit

- Antriebslosigkeit
- Müdigkeit
- Probleme, einzuschlafen oder durchzuschlafen
- Nervosität und Reizbarkeit
- **Rückzug, der Betroffene isoliert sich**
- Selbstverletzendes Verhalten
- **Missbrauch von Medikamenten oder Alkohol**
- Gefühl, leer zu sein
- Depressionen
- Gedanken an den Tod

# Der Einsamkeit im Alter begegnen

Was können wir tun ??

## Mannheim gegen Einsamkeit

### Mag1

## Ein netzwerkbasieretes Versorgungsmodell

- GGM
- Casana, amb. Rehabilitation/vitaconnect::
- Soziale Dienste der Stadt Mannheim
- Pflegestützpunkte der Stadt Mannheim

Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie,  
Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.



# Der Einsamkeit im Alter begegnen

## Mannheim gegen Einsamkeit

### Mag1

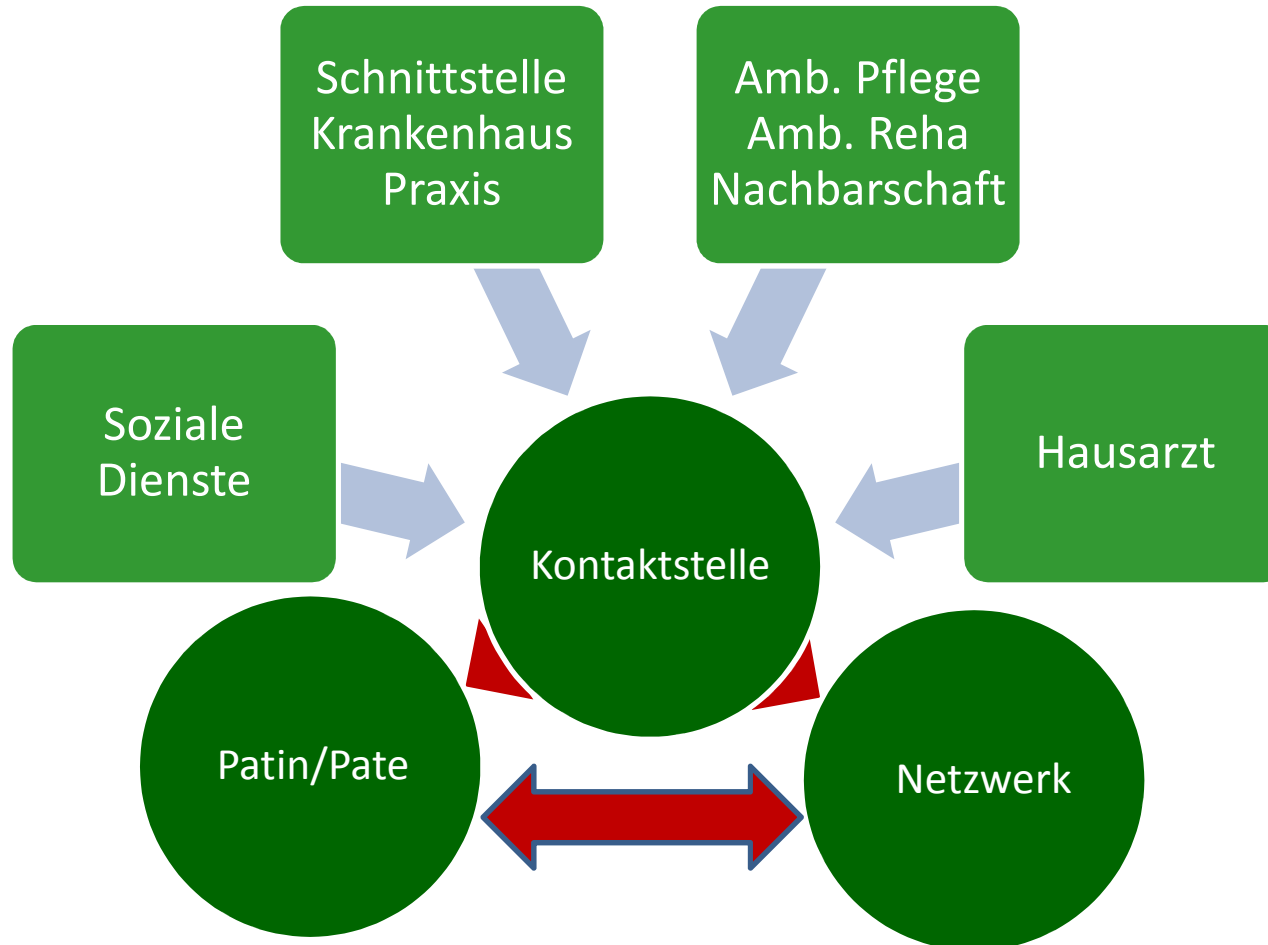
## Ein netzwerkbasierendes Versorgungsmodell

- Schnittstelle Krankenhaus/Hausarzt
- Hausarzt
- Soziale Dienste
- Pflegedienste
- Nachbarschaft

Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie,  
Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

# Der Einsamkeit im Alter begegnen

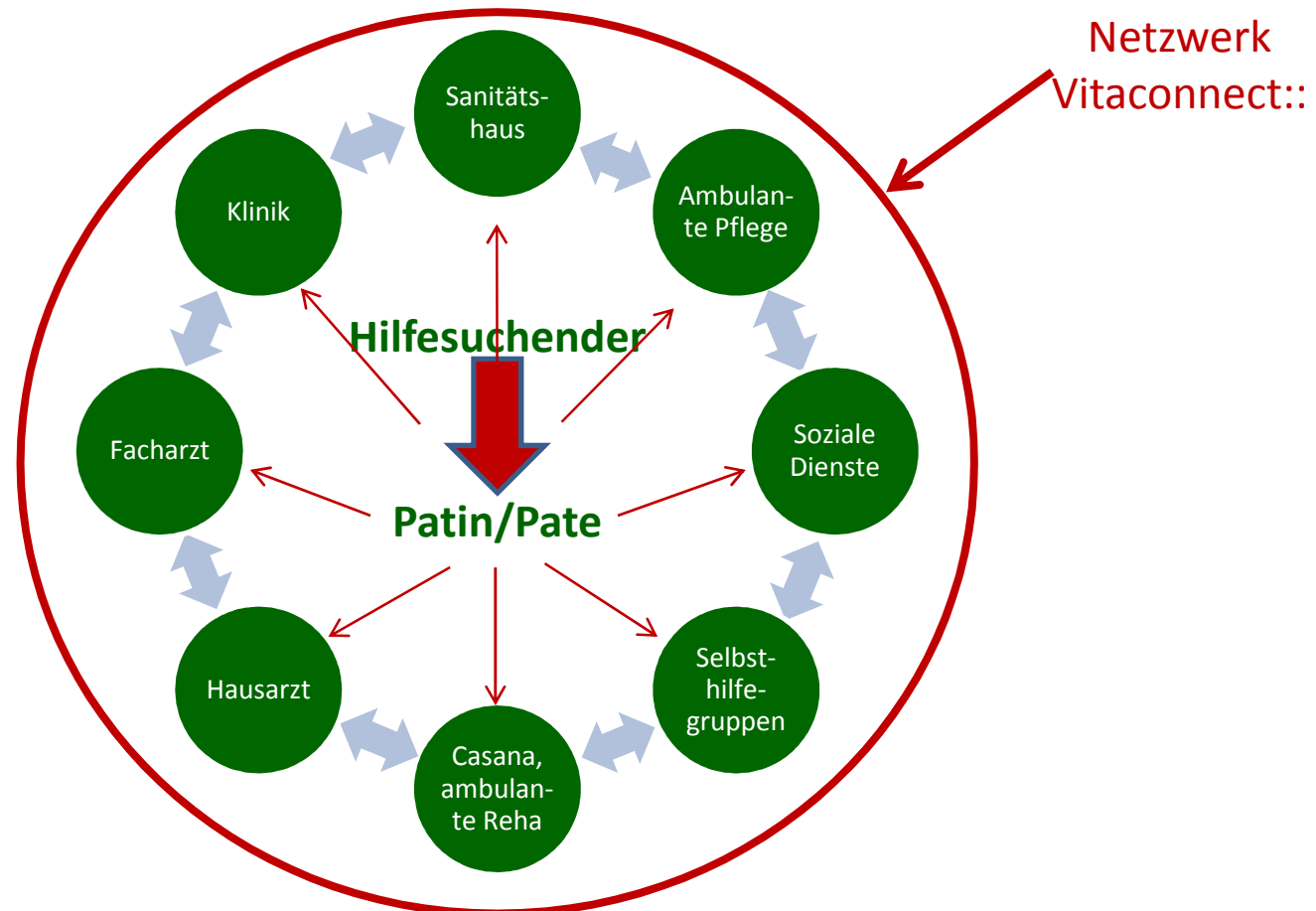
## Mannheim gegen Einsamkeit Mag1



Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie,  
Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

# Der Einsamkeit im Alter begegnen

## Mannheim gegen Einsamkeit Mag1



# Der geriatrische Patient eine Herausforderung der Zukunft



## Mannheim gegen Einsamkeit Mag1

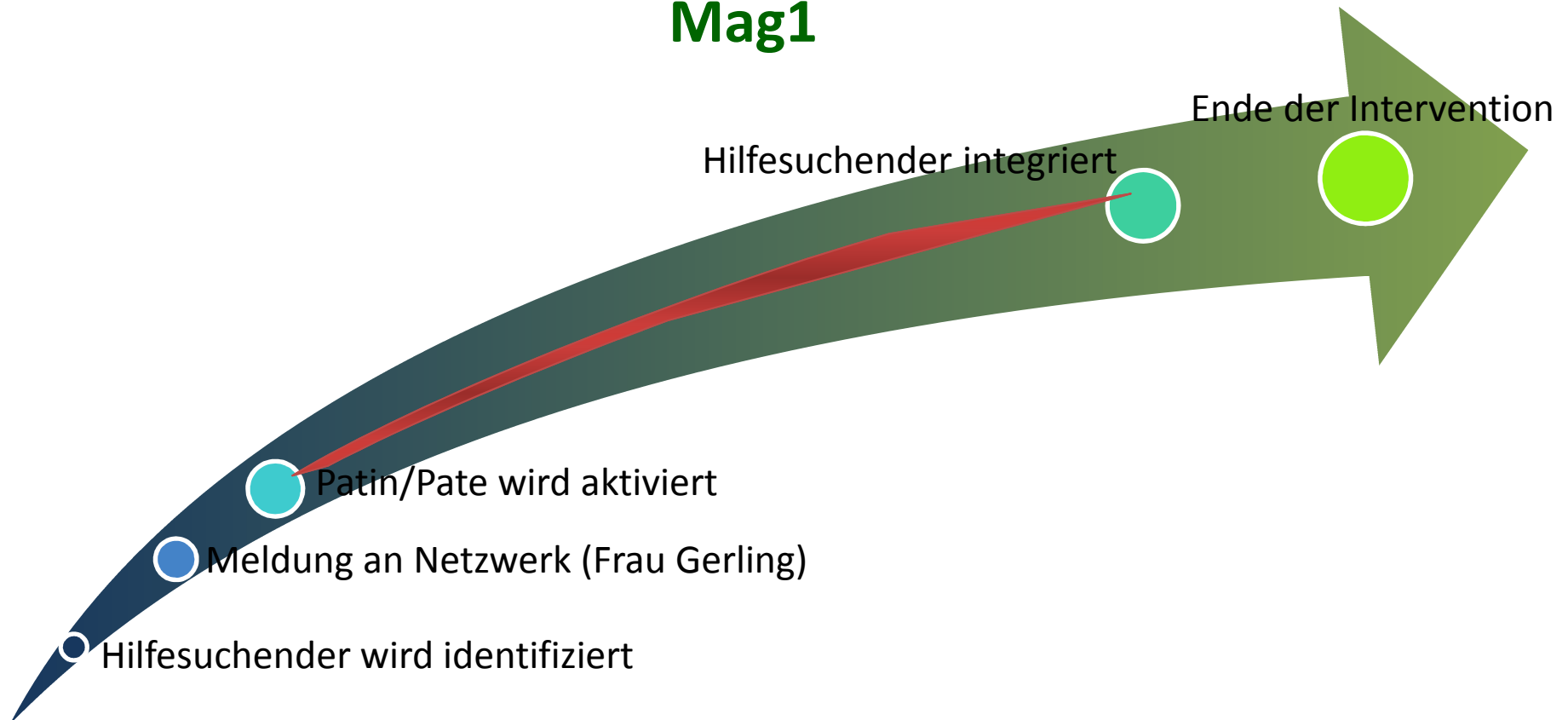
Möglichkeiten der Angebote an  
den Hilfesuchenden:

- Seniorentagesstätten
- soziale Dienste
- Nachbarschaftshilfe
- Tageskliniken
- Casana, amb. Rehabilitation
- Gesundheitstreffpunkt
- Kirche
- VHS
- Vereine
- ?
- ?
- ?

Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie,  
Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

# Der Einsamkeit im Alter begegnen

## Mannheim gegen Einsamkeit Mag1



# Der Einsamkeit im Alter begegnen Zeitstrahl Mag1



Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie,  
Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

# VIELEN DANK !



11.12.2015

Dr. Werner Besier



15