

## **Experten warnen: Sucht im Alter nimmt zu Scham über eigene Sucht hält viele Betroffene davon ab, sich Hilfe zu holen.**

**Wolfgang Kudling** (66) kann sich noch gut an die Zeit erinnern, als er selbst noch an der Flasche hing. „Spiegeltrinker“ sei er gewesen, brauchte täglich sein Quantum, um überhaupt noch funktionieren zu können. Seit 1984 ist für ihn Alkohol tabu. Heute, 30 Jahre später, hat er es sich als neu gewähltes Mitglied im Oldenburger Seniorenbeirat zur Aufgabe gemacht, älteren Mitbürgern Wege aus der Sucht aufzuzeigen.

Vorträge über Sucht im Alter kann Kudling sich zum Auftakt vorstellen. Einen Besucheransturm muss er wohl nicht fürchten. Die Hemmschwelle, als Betroffener zu einem öffentlichen Vortrag zu gehen, ist groß, zumal auf dem Land, wo jeder jeden kennt. Das weiß auch Kudling. Er rechnet damit, dass zunächst überwiegend Angehörige von Betroffenen die Möglichkeit zur Information nutzen werden. Aber auch damit, so sagt er, sei schon viel gewonnen.

Die große Hemmschwelle, sich im Alter zur Sucht zu bekennen und Hilfsangebote aufzusuchen, bestätigen auch Petra Flick und Hartwig Zehl von der Suchtberatungsstelle ATS in Oldenburg. Sie vermuten daher eine hohe Dunkelziffer. Scham spiele bei der älteren Generation eine große Rolle. Das spiegelt sich auch in den Beratungszahlen wider: 2012 nahmen lediglich 39 Personen im Alter von über 60 Jahren das Beratungsangebot der ATS in Anspruch. „Sucht im Alter ist ein noch viel zu wenig beachtetes Phänomen“, meint auch Dirk Preukschat von der Suchtberatung der Vorwerker Diakonie in Eutin. Auch hier ist der Anteil an der Gesamtzahl der Beratungskontakte verschwindend gering. Dabei lege die demografische Entwicklung nahe, dass dieses Problem zunehmend dringlicher werde.

Neben der Scham der Betroffenen machen die Suchtberater noch ein anderes Phänomen für die geringe Inanspruchnahme der Hilfsangebote verantwortlich: „Bei Hausärzten oder Krankenhäusern stoßen wir immer wieder auf eine Haltung, dass es sich bei älteren Menschen ‚nicht mehr lohne‘, vorhandene Suchtstrukturen zu durchbrechen“, sagt Hartwig Zehl und schüttelt verständnislos den Kopf. Denn nicht zuletzt aufgrund hormoneller Veränderungen verlaufe die Entwöhnungsbehandlung bei älteren Menschen erfolgreicher als bei jüngeren. „Die Abbruchquote ist bei Älteren um 20 Prozent niedriger“, bestätigt auch Petra Flick.

Anstatt älteren Menschen Wege aus der Sucht aufzuzeigen, neigten insbesondere Hausärzte dazu, Patienten im Alter „ruhigzustellen“. Petra Flick: „Die Vergabep Praxis ist gruselig. Nicht selten fehlt es an der Gesprächsbereitschaft und am Willen zur Zusammenarbeit.“ Ärzte, die das Beratungsangebot abrufen, seien bisher leider noch die Ausnahme. Sie fordert deshalb „mehr Gespräch, mehr Vernetzung und weniger Medikamente“. Als „recht unreflektiert“ beschreibt auch Dirk Preukschat die Verschreibungspraxis von Hausärzten. Die Vorwerker Diakonie habe deshalb jetzt gezielt Kontakt mit den Hausärzten aufgenommen, um die Zusammenarbeit zu verbessern.

Gründe für das Auftreten oder die Verstärkung von Suchtstrukturen sehen die Berater häufig in der Verbindung mit dem Eintritt in Rentenalter, der nicht selten als Lebenskrise erlebt werde: „Wir haben schon im Erwerbsleben gelernt, süchtig mit Lebenskrisen umzugehen“, meint Hartwig Zehl. Falle dann die Kontrolle durch Arbeitgeber, Kollegen oder das weitere soziale Umfeld weg, komme dem Alkohol die Funktion des „Problemlösers“ zu. Insbesondere bei Männern werde der Alkohol dann zur Ruhigstellung genutzt. Bei Frauen, die eher zur Medikamentenabhängigkeit neigten, finde die Sucht im Geheimen statt, während Männer noch durch aggressives Verhalten oder aufgrund von Verkehrsdelikten auffielen.

Rückblickend sagt Wolfgang Kudling, er habe „nochmal Glück gehabt“. Er hatte noch seinen Führerschein, seinen Beruf und auch seine Frau habe zu ihm gehalten. Geholfen habe ihm vor

allem der Austausch im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe. Kudling: „Da habe ich dann erkannt dass ich mit meinen Problemen nicht alleine dastehe, dass ich mit Leuten reden kann, die mich verstehen“. Ältere Menschen, räumt Kudling ein, hätten sich jedoch nur selten in die Gruppe getraut. Er will deshalb Mut machen und informieren. Kudlings Devise: „Es lohnt sich in jedem Alter, mit der Sucht aufzuhören.“

Der Text wurde uns vom Redakteur Thomas Klatt (Lübecker Nachrichten) freundlicherweise zur Verfügung gestellt.