



BRINGT DAS DENN NOCH WAS?

Alte Menschen sind psychotherapeutisch schlecht versorgt. Gründe dafür gibt es viele. Ein Gespräch mit Johannes Pantel, Altersmediziner an der Uni Frankfurt, über Barrieren im System, die Wirkung von Sigmund Freud und ein innovatives Projekt.

Interview Stephanie Steidl Foto Felix Schmitt

Herr Professor Pantel, alte Menschen reden eher ungern über ihre Probleme und scheuen sich, Belastendes auszusprechen.

Psychotherapie und hohes Alter – passt das überhaupt zusammen?

Es stimmt, dass die jüngere Generation seelische Belastungen und psychische Erkrankungen weniger tabuisiert. Aber für Menschen jenseits der 70 sind Tabu gar nicht das größte Problem.

Sondern?

Die Hürden im System. Psychotherapie ist eine sehr rationierte Ware auf dem Gesundheitsmarkt. Das kassenfinanzierte Angebot ist deutlich kleiner als der tatsächliche Bedarf. Bei der Zuteilung von Therapieplätzen wird gerne abgewogen, die 35-jährige erwerbstätige Mutter kommt dann eher zum Zuge als eine 80-Jährige. Dabei belegen Studien, dass Psychotherapie im Alter genauso wirksam ist wie in jüngeren Jahren – vor allem bei Depressionen.

Klarer Fall von Altersdiskriminierung.

Ja, oft genährt von längst widerlegten Vorurteilen. Eines davon geht auf Sigmund Freud zurück. Er war der Ansicht, dass »alte Leute nicht mehr erziehbar seien«. Wobei für ihn die Grenze fürs Altsein bei 50 lag.

Ihr Institut setzt diesem negativen Altersbild Forschungen und Projekte entgegen. Gerade haben Sie ein Projekt abgeschlossen, das die Versorgung depressiv Erkrankter in Frankfurter Pflegeheimen verbessern will. Wie kam es dazu?

In Pflegeheimen ist der Leidensdruck sehr hoch. 30 Prozent der

ALTER & PSYCHE

- Verlusterfahrungen sind typisch fürs Alter: Nahestehende Menschen sterben, die Erwerbsarbeit endet, körperliche und geistige Fähigkeiten nehmen ab. Manche Menschen kommen damit nicht klar, werden psychisch krank.
- An erster Stelle der psychischen Erkrankungen im Alter steht die Demenz. Am zweithäufigsten sind Depressionen, gefolgt von Angst- und Anpassungsstörungen. Eine hohe Dunkelziffer gibt es bei den Suchterkrankungen.
- Die Kriegskinder, also die zwischen 1930 und 1945 Geborenen, tragen mehr Konflikte und Traumata mit sich herum als die nachfolgenden Generationen. Es ist fast schon ein Klischee anzunehmen, dass das notwendigerweise zu psychischen Leiden führt. Es kann, muss aber nicht.

JOHANNES PANTEL

startete 2018 ein Modellprojekt, um die Behandlung von Depressionen bei Pflegeheim-Bewohnern:innen zu verbessern. Es ist das erste seiner Art in Deutschland.

Menschen dort sind depressiv. In der allgemeinen Bevölkerung sind es fünf Prozent. Aber Psychotherapie im Heim ist Mangelware.

Warum?

Zum einen liegt das an der fehlenden Mobilität der Bewohner. Für viele ist es kaum realisierbar, sich hin- und herfahren und begleiten zu lassen. Hinzu kommt eine einschränkende Richtlinie der Psychotherapeuten. Danach dürfen sie grundsätzlich nur in eigenen Praxisräumen behandeln. Und drittens fehlt in den Heimen eine Schnittstelle. Das heißt: eine Person, die den therapeutischen Bedarf identifiziert und eine Behandlung vermittelt.

Wo haben Sie angesetzt, um diese Barrieren abzubauen?

An dieser Schnittstelle. In den

zehn teilnehmenden Pflegeeinrichtungen hat die Leitung jeweils eine Person aus dem Bereich Pflege oder Sozialarbeit zu sogenannten »Depression Case Managern« ernannt. Nach einer Schulung konnten sie mögliche Betroffene unter den Heimbewohnern ausmachen und an kooperierende Psychotherapeuten vermitteln. Die Therapeuten kamen dann in die Heime und haben Sprechstunden abgehalten.

Was sie laut Richtlinie gar nicht gedurft hätten.

Das Schöne an solchen Projekten ist, dass man auch mal machen darf, was vom Üblichen abweicht.

Aktuell werten Sie die Daten aus. Können Sie schon etwas über das Projekt-Ergebnis sagen?

Das es funktioniert hat! Wir haben für das Thema sensibilisiert und ein niederschwelliges Angebot aufgebaut, an dem über 300 Menschen teilgenommen haben. Leider haben auch einige Betroffene die Therapie mit der Begründung abgelehnt: Das bringt bei mir doch nichts.

Weil sie dachten, es sei zu spät für eine Heilung?

Das ist anzunehmen. Dabei ist späte Heilung möglich und kann Erstaunliches in Gang setzen. Denn wenn eine Depression behandelt wird, stabilisiert sich die Gesundheit insgesamt. Krankenhausaufenthalte reduzieren sich, die Pflegebedürftigkeit sinkt. Und die Lebenserwartung steigt. ■

Weitere Beiträge zur Titelgeschichte lesen Sie ab Seite 58.