

Nationale Alterspolitik ist nötig

Die Schweiz altert. Nimmt der Anteil der Senioren an der Gesamtbevölkerung zu, steigen auch die Kosten für die Pflege. Im folgenden Beitrag zeigt Thomas Mattig, Direktor der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, das Problem auf und skizziert Lösungsansätze für die Zukunft.

Das Gesundheitsobservatorium Schweiz (Obsan) beziffert die demographische Entwicklung in der Schweiz eindrücklich: Bis zum Jahr 2030 dürfte die Zahl der über 65-Jährigen um satte 66 Prozent zunehmen und die Zweimillionengrenze überschreiten. Damit steigt auch der Bedarf an Pflegebetten. Bei optimistischer Schätzung um 30 Prozent – im schlechtesten Fall gar um 115 Prozent.

Politik muss auf Prävention setzen

Ob in 20 Jahren 85 000 oder 144 000 Betagte bettlägerig sein werden, macht für unser Gesundheitssystem einen gewaltigen Unterschied – einerseits bezüglich Gesundheitskosten, andererseits auch im Hinblick auf das erforderliche Pflegepersonal, das bereits heute schwer zu rekrutieren ist. Die Spannbreite der Schätzungen zeigt, dass es Spielraum gibt, und diesen muss die Politik nutzen: Sie muss sich heute mit den Prognosen befassen und alle Hebel in Bewegung setzen, damit sich die Befürchtungen in 20 Jahren nicht bewahrheiten.

Das Stichwort heisst Prävention. Denn viele klassische Altersleiden wie Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems oder des Bewegungsapparates, psychische Störungen, Krebskrankheiten und Diabetes sind lebensstilbedingt und lassen sich durch geeignete

Präventionsmassnahmen verringern oder gar verhindern.

Prävention für Ältere

Gesundheitsförderung im Alter heisst nicht, in Sachen Fitness mit den Jungen gleichzuziehen oder gar das Altern aufzuhalten. Es bedeutet vielmehr, die besten Voraussetzungen für eine autonome Lebensführung im Alter zu schaffen. Dafür braucht es körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie regelmässiges Training der motorischen und kognitiven Fähigkeiten sowie eine den besonderen Bedürfnissen der älteren Generation angepasste Ernährung. Die Hausärzte haben dabei eine wichtige Rolle: Sie sind in vielen Fällen die erste Anlaufstelle und können bei ihren Patienten frühzeitig die passenden Interventionen anstossen.

Zwang zur Anpassung

Für ein möglichst lange selbstbestimmtes und aktives Leben braucht es darüber hinaus Institutionen, die altersspezifische Beratung und Lebenshilfe bieten. Denn auch wenn sich der Lebensrhythmus des einzelnen im Alter oft verlangsamt: die Welt um uns herum bleibt nicht stehen. Neue Entwicklungen und Tech-

nologien zwingen auch ältere Menschen immer wieder zu Anpassungen. Das beginnt bei der Bedienung der Billettautomaten für Zug, Tram und Bus und setzt sich fort beim Gebrauch von Handys und Computern. Für die Autonomie im Alter kann der Zugang zu diesen Technologien ganz entscheidend sein. Um die schlimmsten Zukunftsszenarien abzuwenden, braucht die Schweiz eine nationale Alterspolitik, die Prognosen wie jene des Gesundheitsobservatoriums schonungslos analysiert und im Sinne einer nachhaltigen Alterspolitik heute Massnahmen ergreift.

Kantone müssen investieren

Dabei muss der Politik bewusst sein, dass die Alterspolitik eine Querschnittsfunktion darstellt und viele Politikbereiche tangiert – von Aspekten wie Raumplanung, Wohnen und Mobilität über die Pflege und Betreuung von älteren Menschen bis zu den Generationenbeziehungen. Die Kantone tun gut daran, in die Gesundheitsförderung im Alter zu investieren. Pflegeplätze sind teuer, und mit Gesundheit im Alter lässt sich viel Geld sparen – privates und öffentliches.

Sorge tragen zum «Alterskapital»

Es geht aber längst nicht nur um Kosteneinsparungen, denn unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger sind mehr als potenzielle Pflegefälle. Das Alter hat ganz besondere Qualitäten, die unserer Gesellschaft gut tun: Unabhängigkeit, Lebenserfahrung und Glaubwürdigkeit – Eigenschaften, die man auch als Alterskapital bezeichnen könnte. Zu diesem Kapital gilt es Sorge zu tragen.



Thomas Mattig

Direktor Gesundheitsförderung Schweiz