Suchtprävention

Gesund leben im Alter

Projektdokumentation zum Thema „Alter und Sucht“

LZG Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Inhalt

Gesund leben im Alter
Projektdokumentation zum Thema „Alter und Sucht“

Vorwort Sabine May 2

Vorwort Herr Dr. Matthias Krell 4

Projektförderung in Rheinland-Pfalz zum Thema „Alter und Sucht“ 6

Dokumentation der Projekte
Fachkonferenz „Alter SUCHT Vernetzung“, Westerburg 10
„Sucht im Alter – öffentlich machen“, Altenkirchen 12
Medikamentenabhängigkeit –
Unklarheiten von Nebenwirkungen bei Medikamenten, Altenkirchen 14
„Erkennen einer Suchterkrankung – Ansprechen statt schweigen“, Trier 16
Kooperation und Vernetzung der Suchthilfe mit der Hilfe für Senioren, Trier 18
Rushhour des Lebens, Worms 20
„Selbstfürsorge und Achtsamkeit in der Lebensmitte“ –
Ein Projekt zu Alter und Sucht, Worms 22

Impressum 24

Vorwort | Sabine May

Landesdrogenbeauftragte, Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz

Das Thema „Sucht im Alter“ stellt kein neues Phänomen dar, es wurde aber lange zu wenig beachtet und hat erst in den letzten Jahren – sicherlich auch vor dem Hintergrund des demografischen Wandels – zunehmend an Aufmerksamkeit und Dynamik erfahren.

Es ist bekannt, dass es in den nächsten Jahrzehnten immer mehr ältere und hochbetagte Menschen geben wird und aufgrund der niedrigen Geburtenraten weniger jüngere Menschen nachkommen. Es ist eine Errungenschaft der heutigen Zeit, dass viele ältere Menschen gesund und aktiv sind, Spaß am Leben haben und bereit sind, ihr Wissen, ihre Erfahrungen und ihr Engagement in die Gesellschaft einzubringen. Um diese positive Entwicklung zu unterstützen, sind wir gefordert, unser Augenmerk darauf zu richten, dass Chancen und Nutzen von Prävention und Gesundheitsförderung bis ins höhere Lebensalter hinein umfassend bekannt sind und wir diese ausschöpfen. Das im Jahr 2015 verabschiedete Präventionsgesetz kann weitere wertvolle Impulse und gute Ansätze für diese gesamtgesellschaftliche Aufgabe und Verantwortung geben.

Auch im Rahmen der Suchtprävention und Suchthilfe müssen wir immer wieder reflektieren, wo wir in diesem Prozess stehen und wie unsere Haltung und Einstellung älteren Menschen gegenüber ist? Teilen wir immer noch die in der Vergangenheit weitverbreitete Auffassung, dass es sich nicht mehr lohnt, eine Beratung oder Suchtbehandlung anzustreben oder leiten wir engagiert – wenn problematischer Suchtmittelkonsum wahrgenommen wird – notwendige Schritte ein?

Wir wissen und stellen nicht in Frage, dass bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen suchtpräventive Maßnahmen angezeigt sind. Aber auch im höheren Lebensalter sind Veränderungen und kritische Lebenssituationen zu bewältigen, die zu riskanten Trinkgewohnheiten oder einem unkritischen Konsum von Medikamenten führen können.

- Denken Sie an den Übergang vom Beruf in die Rente, den Verlust des Lebenspartners, das Akzeptieren des eigenen Lebens oder die Herausforderung, eine Haltung zum Sterben zu entwickeln. Möglicherweise auftretende Gefühle von Nutz- oder Wertlosigkeit, Ängste, Depressionen oder Vereinsamung können Auslöser für Suchtentwicklungen und Suchterkrankungen sein.
- Vor allem ältere Frauen greifen, ob bei Schlafstörungen oder dem Verlust des Partners zu Tabletten und die Sucht nach Medikamenten gilt wohl am ehesten als typische Alterssucht. Nach Angaben der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen sind rund 2/3 der Arzneimittelabhängigen in Deutschland Frauen im Alter von über 65 Jahren.
- Menschen, die zuvor keine Alkoholprobleme hatten, trinken im Alter häufig aus Einsamkeit „im Stillen“. Schätzungen zufolge sollen bis zu 400.000 ältere Menschen in Deutschland Alkoholprobleme haben. Teilstichproben im Rahmen wissenschaftlicher Untersuchungen lassen zudem Tendenzen erkennen, dass bei rund 1/3 der über 60-jährigen Alkoholabhängigen die Sucht erst im Alter entstanden ist.

Ja, es lohnt, ältere Menschen in suchtpräventive Maßnahmen einzubeziehen und Ihnen bei bestehenden Problemen Beratung oder Behandlung zukommen zu lassen.

Eine Suchtbehandlung im Alter von 65 oder 70 Jahren kann die Lebensqualität von möglicherweise weiteren verbleibenden 20 Jahren deutlich verbessern. Prävention, Früherkennung und Frühintervention aber auch eine medizinische Rehabilitation sind somit wichtige Beiträge, Teilhabe am Leben in der Gesellschaft auch im Seniorenalter zu ermöglichen sowie frühzeitige Pflegebedürftigkeit abzuwenden.

Leider werden Stürze oder andere Erscheinungsbilder immer noch allzu oft auf das Alter und ein damit einhergehendes natürliches „Nachlassen“ und nicht auf eine möglicherweise dahinterliegende Suchterkrankung zurückgeführt. Wir wissen, dass bei der älteren Generation die Bereitschaft oft gering ist, Hilfeangebote in Anspruch zu nehmen. Viele schämen sich, ein Suchtproblem zu haben. Im Jahr 2015 hatten rund 660 Menschen über 60 Jahre wegen substanzbezogener Probleme die rheinland-pfälzischen Suchtberatungsstellen aufgesucht. In den rheinland-pfälzischen Suchtfachkliniken wurden nach Angaben des Statistischen Landesamtes rund 260 Menschen über 60 Jahre behandelt.

Da die Betroffenen in der Regel nicht von sich aus Hilfe suchen, ist es umso wichtiger, Kontaktpersonen, Angehörige, Ärztinnen und Ärzte und insbesondere auch Altenpflegerinnen und Altenpfleger für diese Probleme zu sensibilisieren und Unterstützung anzubieten. Die Scheu, das Suchtthema anzusprechen und Betroffene auf Beratungs- und Hilfeangebote aufmerksam zu machen, ist nach wie vor gegeben. Dabei verfügen wir in Rheinland-Pfalz über ein gutes und differenziertes Hilfesystem, das neben den 42 Suchtberatungsstellen und seinen 17 Außenstellen, den 20 medizinischen Rehabilitationseinrichtungen unter anderem auch die vielfältigen und sehr wertvollen Angebote der Suchtselbsthilfe einschließt.

Für uns muss es nach wie vor eine wichtige Aufgabe sein, Betroffene immer wieder für die Inanspruchnahme dieser Hilfen zu motivieren. Dabei gilt es, im Rahmen der Ansprache und Hilfe den speziellen Bedürfnissen älterer Menschen gerecht zu werden. Hier sind weitere Anstrengungen, gute Kooperationen und eine bessere Vernetzung von Suchthilfe, Altenhilfe, Medizin und anderen relevanten Berufsfeldern nötig.

Bereits im Jahr 2012 wurde unsere Landesdrogenkonferenz zu der Thematik „Sucht im Alter“ ausgerichtet, um diese Zielsetzungen zu unterstützen. In mehreren Fachtagungen wurde und wird das Thema weiterhin beleuchtet.

Das Bundesgesundheitsministerium hatte von 2010 bis 2012 acht Modellprojekte zur Sensibilisierung und Qualifizierung von Fachkräften in der Sucht- und Altenhilfe gefördert, die beispielgebend für die weitere Arbeit in den Regionen sein sollen. Es gibt zwischenzeitlich gute Unterstützungsangebote. So stehen bspw. Informationsmaterialien, differenzierte Schulungskonzepte, und auch Handlungsempfehlungen für den Pflegealltag zur Verfügung, um das Thema angemessen aufzugreifen.

Und auch das Referat Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung hält im Auftrag des Sozialministeriums Angebote zu diesem Thema bereit und unterstützt Modelle und Maßnahmen vor Ort.

Vorwort | Dr. Matthias Krell

Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Dass wir immer älter werden, ist eine grundsätzlich erfreuliche Entwicklung. Dabei stellen wir fest, dass der Demografische Wandel alle Bereiche unseres Alltags beeinflusst. Für die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) stellen vor diesem Hintergrund die damit verbundenen Veränderungen in der Altersstruktur der Bevölkerung bereits seit einigen Jahren einen deutlichen Schwerpunkt der Arbeit dar, indem wir insbesondere die soziale Dimension von Gesundheit berücksichtigen.

So begleiten wir im Auftrag der Landesregierung altersgerechte neue Formen des Wohnens in enger Abstimmung mit den kommunalpolitischen Entscheidungsträgern im vor allem ländlich geprägten Raum unseres Bundeslandes. Auch kleinen und mittelständischen Unternehmen bieten wir Analyseinstrumente an, damit ein gesundes Arbeiten für ältere Beschäftigte und ein guter Übergang in den Ruhestand ermöglicht werden kann. Darüber hinaus verfügt die LZG über zahlreiche Informationen und Unterstützungsangebote, die wir pflegenden Angehörigen über unsere Netzwerke zur Verfügung stellen, damit eine bessere Vereinbarkeit der eigenen Berufs- und Familienbiografie mit der Pflege in der Familie ermöglicht werden kann.

Daher freut es uns, dass wir über das Referat Suchtprävention neben den genannten etablierten und bewährten Themenfeldern nun landesweit Ansprechpartner für das Thema „Sucht im Alter“ sein dürfen. Die besondere Bedeutung dieses Themas liegt darin, dass sich der Lebensalltag im Alter ändert. Alters-, nicht krankheitsbedingte körperliche Veränderungen werden deutlich, mit Blick auf die Suchtproblematik etwa diejenige des Stoffwechsels.

Auch die äußeren Bedingungen verändern sich, wenn z.B. der Ruhestand Bedeutungsverlust mit sich bringt oder der vertraute Tages-Rhythmus der vergangenen Jahrzehnte im Arbeitsleben fehlt. Die Veränderungen werfen dann oftmals Fragen auf, die zum Teil absehbar sind und daher bereits deutlich früher hätten gestellt werden sollen:

- Wie richte ich mein Leben nun ein?
- Wie gehe ich damit um, wenn Pläne, die ich hatte, nicht umzusetzen sind? Keine Weltreise als lebenslanger Traum, keine gemeinsame Zeit mit der Partnerin oder dem Partner!
- Wie nehme ich die Veränderungen meines Körpers wahr?
- Wie kann und will ich wohnen?
- Wie komme ich damit klar, auf Hilfe angewiesen zu sein?
- Was verändert sich, wenn ich jeden Tag auf Medikamente angewiesen bin?

Insofern kann es altersbedingt vielerlei Anlässe zur Neuorientierung des eigenen Lebens geben. Was nicht unterschätzt werden darf, ist, dass dies auch den Umgang mit Suchtmitteln, zumeist Alkohol, betrifft. Sie erhalten nicht nur einen neuen Stellenwert, sondern verändern auch ihre Wirkung auf den Körper. Wenn wir beispielsweise davon ausgehen, dass Menschen ab dem 65. Lebensjahr durchschnittlich 7,3 Wirkstoffe pro Tag über Medikamente zu sich nehmen, bekommt allein dabei der zusätzliche Konsum von Alkohol eine neue Dimension, die in vorhergegangenen Lebensphasen nicht diese Relevanz besaß.

Aber was bedeuten solche Erkenntnisse für die Suchtprävention und die Suchthilfe im Alter? Es gehört zu ihren genuinen Aufgaben, Konzepte zu entwickeln, wie Menschen gut auf Lebensumbrüche vorbereitet werden können. Zwar gehören Veränderungen zum alltäglichen Leben und können etwas Positives und Spannendes bedeuten, aber ebenso können sie auch tiefe Verunsicherung hervorrufen und Unwägbarkeiten bereithalten. Hier setzt die Arbeit der Suchtprävention und Suchthilfe an, indem sie jenseits abstrakter Appelle dort konkrete Hilfen anbietet, wo es notwendig ist.

So wie zahlreiche Konzepte in der Suchtprävention Jugendliche vorbereiten, in der Pubertät einen guten Umgang mit Alkohol zu entwickeln und Lebensumbrüche zu meistern, wie z.B. der erfolgreiche Eintritt in die Berufswelt, so wächst der Suchtprävention und Suchthilfe im Rahmen des Demografischen Wandels immer stärker auch die Aufgabe zu, Menschen zu unterstützen und einen guten Umgang mit Suchtmitteln im Alter zu entwickeln.

Die zentrale Aufgabe der Suchtprävention, der wir uns als LZG in diesem Zusammenhang zu stellen haben, lautet daher, die Lebensqualität im Alter und auch des familiären Umfelds im Blick zu haben. Dabei ist die Ausgestaltung immer etwas sehr Individuelles, weil auch die Bewertung von Lebensqualität unterschiedlich ausfällt. Umso wichtiger ist es, dass die individuellen Entscheidungen durch sachliche Informationen, professionelle Beratung und notwendige Hilfsangebote begleitet werden können.

Projektförderungen in Rheinland-Pfalz zum Thema „Alter und Sucht“

Das Älterwerden der Gesellschaft ist auch für die Suchtprävention ein relevantes Thema. Das Leben von Menschen über 60 Jahren ist häufig geprägt von einschneidenden Erlebnissen: Wegzug der eigenen Kinder, Übergang vom Beruf in die Rente, Pflegebedürftigkeit oder Tod der eigenen Eltern, Trennungen, Krankheiten oder auch Altersarmut und damit einhergehende Isolation und Einsamkeit. Das Risiko, durch diese Veränderungen und Herausforderungen aus dem seelischen Gleichgewicht zu geraten ist groß. Ein Substanzmissbrauch und eine Substanzabhängigkeit können dadurch zum Problem werden. Vor diesem Hintergrund wird deutlich, dass sich auch Seniorenarbeit und Altenpflege mit dem Thema Sucht auseinandersetzen müssen.

Bereits im Jahr 2010 hat das Referat Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) eine landesweite Befragung durchgeführt und nach Kooperationen von Suchthilfe und Altenpflege in Rheinland-Pfalz gesucht. Im Rahmen dieser Befragung wurden landesweit rund 1000 Einrichtungen der Altenpflege und rund 200 Einrichtungen der Suchthilfe angeschrieben. Die Befragung hatte drei zentrale Ergebnisse:

- Zum Thema „Alter und Sucht“ gab es lediglich Einzelangebote aber keine strukturell eingebundenen Angebote und langfristigen Kooperationen.
- Im Gegensatz zu den Institutionen aus dem Altenpflegebereich wurde das Thema „Alter und Sucht“ bei den Einrichtungen der Suchthilfe bereits als ein relevantes Thema wahrgenommen.
- Durch die Anfrage zum Thema „Alter und Sucht“ erhielt das Thema landesweite Aufmerksamkeit. Dies führte zu einer Sensibilisierung der Einrichtungen.

Das Interesse der befragten Institutionen an weiteren Informationen zum Thema war, unabhängig vom jeweiligen Arbeitsfeld, sehr groß. Daher stellte das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demographie in Rheinland-Pfalz Mittel zur Projektförderung bereit. Ziel dieser Projektförderung war es, das Thema „Alter und Sucht“ in den Regionen weiter voranzubringen und Netzwerke zwischen Altenpflege, Seniorenarbeit und Suchthilfe zu initiieren. Die Projektförderung wurde umgesetzt durch das Referat Suchtprävention der LZG.

Im Zeitraum von 2014 bis 2016 wurden vielfältige Veranstaltungen und Projekte zum Thema „Alter und Sucht“ durch Mittel des Landes Rheinland-Pfalz gefördert. Sieben dieser Veranstaltungen und Projekte werden in der vorliegenden Projektdokumentation vorgestellt. Weiterführende Informationen erhalten Sie bei den, in den jeweiligen Projektbeschreibungen angegebenen Ansprechpersonen sowie beim Referat Suchtprävention der LZG.

Weitere Angebote der LZG zum Thema „Alter und Sucht“

Veranstaltungen der LZG, wie die Landesdrogenkonferenz 2012 und die Jahrestagung der Regionalen Arbeitskreise Suchtprävention 2015, haben sich bereits mit dem Thema „Alter und Sucht“ beschäftigt.

Ergänzend zur Projektförderung unterstützt das Referat Suchtprävention auch die **Vernetzung** von Fachkräften. Seit einem ersten Netzwerktreffen im April 2014 wächst der Kreis von interessierten und aktiven Fachkräften in Rheinland-Pfalz.

Um den Austausch zwischen den Regionen zu fördern, lädt die LZG Fachkräfte in Rheinland-Pfalz zu thematischen **Telefonkonferenzen** ein. Die Projektstandorte stellen dabei ihre Erfahrungen vor und kommen mit anderen Fachkräften ins Gespräch. Sie tauschen sich unter anderem darüber aus, wie Veranstaltungen und Projekte durchgeführt wurden und unterstützen damit andere Standorte bei der Umsetzung eigener Maßnahmen. Die Schwerpunkte, welche die einzelnen Regionen beim Thema „Alter und Sucht“ setzen, sind sehr unterschiedlich und ergeben eine Vielfalt von Themen.

Die LZG hat bisher Telefonkonferenzen zu folgenden Themen angeboten:

- Bewegung im öffentlichen Raum für Jung und Alt – Bewegungskampagne der LZG
- Berufsschulprojekt für Auszubildende in der Altenpflege (Trier)
- Präventionsangebote in Betrieben (Worms)
- Medikamentenkonsum im Alter
- Angehörigen-Arbeit (Altenkirchen)

Die **Online-Schulung** „Alter und Sucht“ *http://elearning.lzg-rlp.de* informiert Pflegekräfte, Fachkräfte für Suchtprävention und Suchtberatung zu den Themen „Älter werden“, „Alter und Sucht“, „Sucht und Pflege“, „Alter und Suchtprävention“ sowie „Alter und Beratung“.

In den Regionen Neuwied, Bad Neuenahr-Ahrweiler, Koblenz, Westerwald / Altenkirchen, Rhein-Hunsrück-Kreis, Cochem und Mainz / Mainz-Bingen wurden die **Bewohnerbeiräte** von Seniorenwohnheimen durch die jeweiligen regionalen Fachkräfte für Suchtprävention sowie das Referat Suchtprävention der LZG über das Thema „Alter und Sucht“ informiert.

Darüber hinaus wurde eine so genannte **„Lupenpostkarte“** entworfen, die das Thema „Alter und Sucht“ humorvoll aufgreift und so einen anderen Zugang ermöglicht.

Westerburg/Wied

Fachtagung
„Alter – Sucht – Vernetzung“

Ausgangslage in Westerburg/Wied

Suchterkrankungen älterer Menschen sind ein Thema, dass nicht nur Betroffene und Angehörige, sondern auch ambulante und stationäre Pflegeeinrichtungen beschäftigt. Insbesondere im ländlichen Raum soll die Vernetzung im Versorgungssystem älterer Menschen daher gestärkt werden. Die „Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe“ (WeKISS) mit Sitz in Westerburg hat hierzu bereits viele Denkanstöße für die Praxis der Seniorenhilfe gegeben. Die Themen Einsamkeit und Isolation von älteren Menschen (z.B. durch den Wegzug der Kinder, Tod des Ehepartners), aber auch fehlende Mobilität und ärztliche Versorgung im ländlichen Raum wurden bereits von der WeKISS aufgegriffen.

Zielsetzung

Die Fachtagung „Alter – Sucht – Vernetzung“ hatte zum Ziel, über das Thema Sucht im Alter aufzuklären und mittels Fachvorträgen aus wissenschaftlicher und praxisnaher Sicht zu informieren. Eine stärkere Vernetzung der Akteure, die Klärung von Zugangswegen für Altenpflegerinnen und -pfleger sowie für Betroffene waren die Ziele der Veranstaltung. Die Kooperation mit den Kliniken Wied diente zudem auch der Vertiefung einer seit Jahren bestehenden guten Zusammenarbeit.

Zentrale Fragestellungen, mit denen sich die Fachtagung auseinandergesetzt hat, waren: Wie kann das Thema „Sucht im Alter“ präventiv angegangen werden? Und welche Möglichkeiten bzw. Zugangswege der Information, Behandlung und Hilfe gibt es bei einer Abhängigkeit im Alter?

Zielgruppen

An der Fachtagung nahmen Selbsthilfegruppen, Ärztinnen und Ärzte, Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende der Gesundheitsämter sowie die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren 60+, welche mit der Zielgruppe arbeiten, teil. Die Teilnehmenden kamen aus den Landkreisen Westerwald, Altenkirchen, Rhein-Lahn und Neuwied.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Ablauf und Inhalte der Fachkonferenz

Die Fachkonferenz „Alter – Sucht – Vernetzung“ fand im barrierefreien Vortragsraum der Kliniken Wied statt. Die Grußworte sprachen die rheinland-pfälzische Landesdrogenbeauftragte Sabine May, Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz sowie Prof. Dr. Wilma Funke, therapeutische Leiterin der Kliniken Wied. Die Leiterin der WeKISS, Frau Michelle Bautz, moderierte die Veranstaltung. Selbsthilfegruppen aus dem Bereich Sucht waren als Gäste geladen und nutzten auch die Möglichkeit, sich mit Infoständen und Informationsmaterial zu präsentieren. Zwei Fachvorträge gaben zunächst den inhaltlichen und fachlichen Input:

- Fachvortrag I zum Thema
  „Ältere Menschen in der Suchtkrankenversorgung – Herausforderungen und Chancen“,
  Dr. Dieter Geyer, Ltd. Arzt der Fachklinik Fredeburg.
- Fachvortrag II zum Thema
  „Sucht und Alter – Besondere Anforderungen an Versorgungskonzepte“,
  Dr. Klaus Freidel, Medizinischer Dienst der Krankenkassen Rheinland-Pfalz, Speyer

Im Anschluss fand eine Podiumsdiskussion mit Dr. Dieter Geyer, Dr. Klaus Freidel, Ellen Weyer und Bernhard Hoffmann (Akteure aus der Selbsthilfe) sowie Michelle Bautz statt. Moderiert wurde die Podiumsdiskussion von Prof. Dr. Wilma Funke.

Einbindung in Suchthilfe und Altenpflege

Durch die Kooperation mit den Kliniken Wied und die Teilnahme der Akteurinnen und Akteure aus dem Suchthilfe- und Pflegesystem wurde sowohl die regionale als auch die fachliche Einbindung gewährleistet. Die Fachkonferenz hat sowohl Fachkräfte als auch Betroffene erreicht. Die Diskussion hat die relevanten Themen der Altenpflege und Suchthilfe aufgegriffen.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Einladung zur Fachkonferenz erfolgte über einen Flyer, der an die Fachkräfte und Selbsthilfegruppen in der Region versendet wurde. Die Presse hat die Fachkonferenz angekündigt und im Anschluss darüber berichtet.

Kooperationen

- WeKISS – Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe,
  Paritätisches Zentrum, Marktplatz 6, 56457 Westerburg
- Kliniken Wied – Förderkreis der Kliniken Wied, Im Mühlental, 57629 Wied

Ansprechpersonen

Michelle Bautz, WeKISS,
Marktplatz 6, 56457 Westerburg, Tel.: 02663/2540, E-Mail: info@wekiss.de
Prof. Dr. Wilma Funke, Vorsitzende Respekt e.V. Förderkreis der Kliniken Wied,
Tel.: 02662/ 806-125, E-Mail: respekt@kliniken-wied.de

Daten und Fakten

Die Fachtagung fand am Freitag, den 10. Juni 2016 von 13.00 bis 17.00 statt. Es nahmen rund 100 Personen teil.

Ausblick

Aus der Fachkonferenz heraus hat sich die Zusammenarbeit mit der Klinik weiter intensiviert. Für Folgeveranstaltungen sind weitere Beiträge aus der Suchthilfe geplant.

Altenkirchen

Kampagne „Sucht im Alter – öffentlich machen“

Ausgangslage in Altenkirchen

Das Thema „Sucht im Alter“ ist in der Öffentlichkeit nur bedingt bekannt obwohl es immer mehr Betroffene gibt, wie die Statistiken zeigen. Auch in einem ländlichen Kreis, wie dem Landkreis Altenkirchen, gibt es Faktoren, die ein Suchtverhalten alter Menschen begünstigen können. Viele alte Menschen leben hier alleine und haben wenige persönliche Kontakte. Auch Armut und soziale Isolation gehören immer mehr zum Alltag alter Menschen.

Zielsetzung

Ziel des Projektes war es, mit Hilfe von humorvoll gestalteten Motiven zum Thema „Sucht im Alter“ die Öffentlichkeit für dieses Thema zu sensibilisieren und regionale Hilfsangebote bekannt zu machen.

Zielgruppen

Zielgruppen waren vor allem Betroffene und deren Angehörige. Aber auch die Bevölkerung als Ganzes sollte über das Thema informiert und dafür sensibilisiert werden.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Die Motive stehen unter dem Motto „Nicht witzig.“ und sollen mittels eines humorvollen Zugangs auf das Thema „Sucht im Alter“ aufmerksam machen.

Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus den Arbeitsfeldern Sucht, Bildung, Gesundheit und Altenpflege unterstützten die Kampagne gemeinsam mit regionalen Politikerinnen und Politikern.

Öffentlichkeitsarbeit

Insgesamt vier Motive wurden auf Postkarten, Flyern und Großplakatwänden in die Öffentlichkeit gebracht. Die Motive wurden von der Jugendkunstschule Altenkirchen gestaltet. Alle Maßnahmen wurden von der Presse begleitet.

Kooperationen

- Diakonisches Werk Altenkirchen
- Jugendkunstschule Altenkirchen

Ansprechperson

Doris Große, Suchtberatung, Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenkreises Altenkirchen, Stadthallenweg 16, 57610 Altenkirchen,
Tel. 02681/8008-0, doris.grosse@diakonie-altenkirchen.de

Daten und Fakten

Die Kampagne wurde im Oktober-November 2015 durchgeführt. In vier Zentren im Landkreis Altenkirchen (Städte Altenkirchen, Wissen, Kirchen und Betzdorf) wurden für 14 Tage Großleinwände angemietet, auf denen die vier Motive gezeigt wurden. Darüber hinaus wurden Postkarten und Flyer in Einrichtungen der Suchthilfe, Altenpflege, in Bildungseinrichtungen und Krankenhäusern sowie in öffentlichen Einrichtungen ausgelegt.

Ausblick

Das Thema „Sucht im Alter“ ist durch die Umsetzung des beschriebenen Projektes im Landkreis Altenkirchen ein Baustein der Suchthilfe des Diakonischen Werkes geworden. Es wird auch zukünftig Teil der Arbeit der Suchthilfe sein, um die Öffentlichkeit langfristig für das Thema zu sensibilisieren und Hemmschwellen für eine Inanspruchnahme von Hilfsangeboten zu senken.

Altenkirchen

Fachvortrag „Medikamentenabhängigkeit – Unklarheiten von Nebenwirkungen bei Medikamenten“

Ausgangslage

Die Einnahme von Medikamenten ist unter alten Menschen in Deutschland weit verbreitet. Vor allem der Gebrauch von mehreren Medikamenten gleichzeitig ist bei der Generation 60 plus nicht selten auch problematisch und kann sogar zu einer Sucht führen. Eine Suchterkrankung bei alten Menschen wird jedoch nur selten oder erst spät entdeckt, da ihre Symptome auch als typische altersbedingte Erscheinungen gedeutet werden können. Oftmals besteht bei älteren Menschen eine Suchtgefährdung aufgrund von Übermedikation. Ärzte noch Apotheker werden nicht über die bereits verschriebenen weiteren Medikamente informiert. Erst Angehörige und Pflegekräfte nehmen wahr, dass oftmals viele Medikamente gleichzeitig, gegen die unterschiedlichsten Leiden eingenommen werden. Nebenwirkungen und deren Auswirkungen sind bei der Einnahme von mehr als drei Medikamenten pro Tag für Ärzte oder Pharmazeuten nicht mehr absehbar.

Zielsetzung

Um ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass die Einnahme mehrerer Medikamente zu einer Suchtproblematik führen kann, soll im Rahmen des Fachvortrages über die Zusammenhänge der Einnahme von Medikamentenkombinationen und Sucht informiert werden, denn dies kann schwerwiegende Folgen für den physischen und psychischen Zustand eines Menschen haben.

Zielgruppen

Zielgruppen waren Ärztinnen und Ärzte, Apothekerinnen und Apotheker, Betroffene und ihre Angehörigen sowie weitere Interessierte.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Der Fachvortrag war eingebunden in das Modellprojekt „Sucht und Alter“, welches im Landkreis Altenkirchen umgesetzt wurde. Nach einer Begrüßung durch die Suchtberatung und Suchtprävention des Diakonischen Werkes Altenkirchen, referierte ein Pharmazeut zu dem Thema Polymedikation.

Öffentlichkeitsarbeit

Persönliche Einladungen, Flyer, Aushänge, Ankündigung in der Presse.

Kooperationen

- Diakonisches Werk Altenkirchen
- Pflegekonferenz und Sozialamt des Landkreises Altenkirchen
- Mehrgenerationenhaus „Mittendrin“, Altenkirchen
- Betreuungsverein im Diakonischen Werk Altenkirchen

Ansprechperson

Doris Große, Suchtberatung, Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenkreises Altenkirchen, Stadthallenweg 16, 57610 Altenkirchen,
Tel. 02681/8008-0, doris.grosse@diakonie-altenkirchen.de

Daten und Fakten

Der Fachvortrag fand am 01.12.2015 von 18.00 bis 20.30 Uhr im Kulturhaus Hamm (Sieg) statt. Referent war der Pharmazeut Bernhard Pohlmann, Neue Apotheke Hamm (Sieg).

Ausblick

Es ist geplant, das Thema noch einmal aufzugreifen, da der Vortrag auf großes Interesse gestoßen ist.

Trier

Informationsveranstaltung für Auszubildende in der Altenpflege „Erkennen einer Suchterkrankung – Ansprechen statt schweigen“

Ausgangslage Trier / Landkreis Trier-Saarburg

Suchtprobleme im Alter sind noch immer ein Tabuthema. Betroffene versuchen meist ihren Konsum zu verheimlichen, und professionelle Helferinnen und Helfer reagieren nicht selten hilflos und überfordert, wenn sie Suchtprobleme alter Menschen entdecken. Auch im Rahmen der Altenpflege soll auf das Thema aufmerksam gemacht werden.

Zielsetzung

Hauptziel der Veranstaltung war es, Altenpflegerinnen und -pfleger bereits innerhalb ihrer Ausbildung über die Entstehung und Entwicklung einer Suchterkrankung zu informieren. Ein weiteres Ziel war es, konkrete Handlungsstrategien zu erarbeiten, wie Altenpflegerinnen und -pfleger Betroffene und Angehörige künftig kompetent und hilfreich auf ein mögliches Suchtproblem anzusprechen und was sie im Rahmen ihrer Arbeit zur Prävention von Suchterkrankungen im Alter beitragen können.

Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler im Alter von 18 bis 25 Jahren der zwei Abschlussklassen der Fachschule Altenpflege an der Geschwister Scholl-Schule in Saarburg (Berufsschule).

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Die Veranstaltung fand parallel in den beiden Abschlussklassen der Fachschule Altenpflege statt. Der ehemalige Chefarzt der Psychiatrie am Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen in Trier sowie eine Mitarbeiterin der Suchtberatung des Diakonischen Werkes Trier referierten.

Der Psychiater informierte über die Entwicklung einer Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit sowie die daraus resultierenden Folgeerkrankungen. Die Mitarbeiterin der Suchtberatung stellte die Angebote der Suchtkrankenhilfe vor und gab einen Einblick in die Methode der „Motivierenden Gesprächsführung“ mit Hilfe von Fallbeispielen und in Gruppenübungen. Die Veranstaltung endete in beiden Klassen mit der so genannten „Mauer gegen die Sucht“, welche die Altenpflegeschülerinnen und -schüler dabei unterstützen soll, in ihrer späteren Arbeit einer Suchterkrankung alter Menschen präventiv entgegen wirken zu können.

Die Beratungsstelle des Diakonischen Werkes Trier ist sowohl im überregionalen Netzwerk, als auch im Arbeitskreis Suchtprävention der Stadt Trier und dem Kreis Trier-Saarburg eingebunden. Das Projekt fand in Zusammenarbeit mit der Fachschule Altenpflege der Berufsbildenden Schule in Saarburg statt.

Öffentlichkeitsarbeit

Es fand keine Öffentlichkeitsarbeit statt, da es sich um eine schulinterne Veranstaltung handelte.

Kooperationen

- Geschwister-Scholl-Schule, Berufsbildende Schule Saarburg-Hermeskeil, Fachschule Altenpflege, 54439 Saarburg
- Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen Trier, Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie, 54290 Trier
- Diakonisches Werk Trier gGmbH, Suchtberatung, 54292 Trier

Ansprechperson

Ingeburg Brandt, Diakonisches Werk gGmbH, Theobaldstr. 10, 54292 Trier,
Tel. 0651 20900-57, self.trier@diakoniehilft.de

Daten und Fakten

Die Veranstaltung wurde am 14.07.2015 während drei Zeitstunden in der Fachschule Altenpflege durchgeführt. Es nahmen insgesamt rund 60 Altenpflegeschülerinnen und -schüler teil.

Ausblick

Die Veranstaltung soll auch in den kommenden Jahren stattfinden. Die bisherige Zusammenarbeit mit den Fachschulen für Altenpflege in der Stadt Trier und im Landkreis Trier-Saarburg soll weiter intensiviert werden.

Trier

Vortragsveranstaltung zu Kooperation und Vernetzung der Suchthilfe mit der Hilfe für Senioren

Ausgangslage Trier

Angebote der Suchthilfe und Angebote der Hilfen für Seniorinnen und Senioren wurden in erster Linie getrennt voneinander angeboten. Wie bereits die landesweite Befragung der Landeszentrale für Gesundheitsförderung ergab, fanden bisher nur sehr wenige gemeinsame Veranstaltungen statt. Langfristige Kooperationen beider Arbeitsfelder sollen daher, für eine effektive Auseinandersetzung mit dem Thema „Alter und Sucht“, unterstützt werden.

Zielsetzung

In der Region Trier / Trier-Saarburg sollte für das Thema „Alter und Sucht“ sensibilisiert und über das Hilfesystem der Suchtkrankenhilfe, speziell für ältere Suchterkrankte und deren Angehörigen, informiert werden. Eine langfristige Kooperation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Seniorenarbeit und Suchthilfe war das Ziel.

Zielgruppen

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Sozialstationen, Pflegestützpunkten sowie Begegnungsstätten für Seniorinnen und Senioren.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Die Vortragsveranstaltung richtete sich an den unter Zielgruppen genannten Personenkreis. Die Teilnehmenden wurden durch ein einleitendes Kurzreferat für das Thema Suchterkrankungen im Alter sensibilisiert. Dabei wurden Fallbeispiele vorgetragen und Fragen zum Umgang mit Betroffenen und Angehörigen erörtert. Interessiert waren die Teilnehmenden auch an der Arbeit der Beratungsstelle.

Im Rahmen der Vortragsreihe sollten auch die Bedarfe für Kooperationen und Zusammenarbeit vor Ort ermittelt sowie auch die Bereitschaft einer Zusammenarbeit im Rahmen eines „Runden Tisches“ erörtert werden.

Öffentlichkeitsarbeit

Schriftlich eingeladen wurden alle stationären und ambulanten Dienste und Einrichtungen im Seniorenbereich. Flyer wurden ausgelegt.

Kooperationen

- Caritasverband Trier e.V.
- Kreuzbund Regionalverband Trier e.V.

Anmerkung: Beide Institutionen sind Mitglied im Regionalen Arbeitskreis Suchtprävention der Region Trier/Trier-Saarburg.

Ansprechperson

Gabriele Rehbein-Strietzel, Leiterin Fachambulanz für Suchtkranke und Angehörige des Caritasverbandes Trier e.V., Kutzbachstr. 15, 54290 Trier,
Tel.: 0651-1453950, rehbein-strietzel.gaby@caritas-region-trier.de

Daten und Fakten

Die Veranstaltung fand am 24.09.2015 in der Fachambulanz für Suchtkranke und Angehörige in Trier statt.

Ausblick

Überlegungen zu weiteren regelmäßigen Treffen wurden von den Teilnehmenden als zeitlich schwierig angesehen, obwohl inhaltliches Interesse bestand. Die punktuelle Zusammenarbeit wurde als sehr wichtig angesehen. Die Senioreneinrichtungen werden hierzu auf die Beratungsstelle zukommen. Mitarbeitende der Suchthilfe sollen zu Schulungen in Seniorenein-richtungen eingeladen werden bzw. Einzelfallhilfe durchführen.

Worms

Veranstaltungsreihe „Rushhour des Lebens – gesund und achtsam älter werden“

Ausgangslage in Worms

Der Altersdurchschnitt der Erwerbstätigen steigt und gleichzeitig auch die Belastungen am Arbeitsplatz. Die Fälle von psychischen Erkrankungen und auch Suchterkrankungen sind in den letzten Jahren stark angestiegen – und damit auch die Fehlzeiten von Arbeitnehmenden. Hintergründe können Mehrfachbelastungen sein, weil sich Erwerbstätige neben der Arbeit um ihre Kinder, ihre pflegebedürftigen Eltern und auch das eigene Wohlergehen kümmern müssen. Sie sind in der „Rushhour des Lebens“. Gleichzeitig wachsen auch die Anforderungen am Arbeitsplatz. Immer mehr muss in immer kürzerer Zeit erledigt werden.

Auf der anderen Seite stellt eine Erwerbslosigkeit und die damit häufig verbundene gesellschaftliche Stigmatisierung und Isolation eine große Belastung für Betroffene dar.

Zielsetzung

Positive Rahmenbedingungen bei der Arbeit, Perspektiven bei Erwerbslosigkeit und ein guter Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand sind wichtige suchtpräventive Faktoren für die sich der Regionale Arbeitskreis Suchtprävention Worms einsetzen möchte. Er kooperiert daher mit Betrieben zu dem Thema „Gesund alt werden in der Arbeitswelt“ und mit dem Jobcenter Worms zum Thema „Gesundheit und Erwerbslosigkeit“.

Das Programm der Veranstaltungsreihe richtet sich gezielt an Erwerbstätige und Arbeitssuchende ab 18 Jahren, insbesondere aber auch an Ältere. Betriebe und Fachkräfte in der Personalführung sollen für das Thema „Sucht im Alter“ sensibilisiert und auf die Bedeutung von „gesunden Fachkräften“ aufmerksam gemacht werden. Gesundheitsförderung soll zu einem grundlegenden Arbeitsansatz für Betriebe werden.

Zielgruppen

Zielgruppe sind Menschen, die im Erwerbsleben stehen sowie auch arbeitssuchende Menschen. Weitere Zielgruppen sind Institutionen und Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in der Arbeit mit arbeitssuchenden Personen.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Es wurden unter anderem Vorträge, Diskussionsforen und Ausstellungen angeboten. Dabei handelte es sich ausschließlich um Kooperationsveranstaltungen. Folgende Aktionen fanden im Rahmen der Veranstaltungsreihe statt:

- Ausstellung „Vorsicht Rentner“ von Petra Kastner vom 15.04. bis 19.05.2016 in den Räumen der Caritas Worms
- Vortrag „Stress lass nach“ für Suchtbeauftragte aus Betrieben am 03.06.2016, Liebfrauensaal „Wormser“
- Lesung „Kalt erwischt – Wie ich mit Depressionen lebe und was mir hilft“ von Heide Fuhljahn am 02.06.2016, Café „Gleis 7“ Worms
- Fotoausstellung „Suchtgeschichten“, erstmalig gezeigt vom 24.10. bis 04.12.2015 in den Räumen der Caritas Worms (Hinweis: Diese Wanderausstellung kann bei der Caritas Worms ausgeliehen werden.)
- Seminarreihe der VHS Worms zum Thema „Frei vom Rauchen – wenn es doch so einfach wäre“ vom 21.06. bis 07.07.2016, Stadtverwaltung Worms

Material der Öffentlichkeitsarbeit

Einige der Veranstaltungen wurden nur betriebsintern beworben. Die öffentlichen Veranstaltungen wurden im VHS-Programm sowie zusätzlich mit separat erstellen Flyern beworben.

Kooperationen

Caritas Worms, Arbeitskreis Betriebe in Worms, Seniorenbeirat, Regionaler Arbeitskreis Suchtprävention, VHS und Stadt Worms

Ansprechperson

Mirko von Bothmer, Gruppenleiter Suchtprävention, Caritasverband Worms e.V., Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und Angehörige, Renzstraße 3, 67547 Worms ,Telefon 06241 20617-30, vonbothmer@caritas-worms.de

Daten und Fakten

Das Programm wurde 2016 durchgeführt.

Ausblick

Im Verlauf des Projektes wurde die Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat aufgenommen. Im folgenden Jahr soll diese Zusammenarbeit mit dem Themenschwerpunkt „Imagewechsel des Alters“ verstärkt werden.

Worms

„Selbstfürsorge und Achtsamkeit in der Lebensmitte“ – Ein Projekt zu Alter und Sucht

Ausgangslage in Worms

Die Zahl der Seniorinnen und Senioren, die an einer Sucht erkranken, hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Umbrüche und Veränderungen können Menschen aus der gewohnten Bahn werfen: Die Kinder verlassen das Haus, Ehe und Partnerschaften wandeln sich, die eigenen Eltern brauchen Pflege und das Alter macht sich auch am eigenen Körper bemerkbar. Besonders Frauen leiden unter dieser Situation. Sie fühlen sich in einer Sackgasse, haben vielleicht die Hoffnung auf ein erfülltes Leben aufgegeben und greifen immer häufiger zu Alkohol oder Medikamenten. Die Gefahr, in Sucht und Isolation abzugleiten, ist groß.

Zielsetzung

Das Projekt hatte zum Ziel, einen Perspektivwechsel auf den eigenen Lebensalltag zu ermöglichen und Anregungen und Impulse zur Gestaltung des Alltags im Alter zu geben.

Zielgruppe

Altersgruppe 50 plus, insbesondere Frauen, aus der Region Worms.

Methodische, inhaltliche und organisatorische Umsetzung

Eine Auftaktveranstaltung mit dem Titel „Achtsamkeit und Selbstfürsorge in der Lebensmitte“ fand in den Räumen des Psychosozialen Zentrums statt. Referentin war die Dipl. Psych. Kirsten Delfs von der Salus Klinik Friedrichsdorf. In ihrem Vortrag ging sie auf die Frage ein, wie insbesondere Frauen, die sich bisher überwiegend um andere gekümmert haben, lernen, sich um sich selber zu kümmern. Im Anschluss an den Vortrag konnten die Teilnehmenden mithilfe verschiedener Angebote ihre Sinne entdecken.

Die Durchführung der Auftaktveranstaltung in einer Einrichtung der Suchtberatung hatte das Ziel, einen niedrigschwelligen Zugang zu Hilfsangeboten zu eröffnen. Wenige Tage nach der Auftaktveranstaltung starteten dann verschiedene kreative Angebote, wie ein Malkurs sowie ein Tanzkurs.

Material der Öffentlichkeitsarbeit

Für die Veranstaltung wurde in der Presse und mit Flyern geworben.

Kooperationen

- **Psychosoziale Beratungs-und Behandlungsstelle, Fachstelle für frauenspezifische**
- **Suchtarbeit Caritasverband Worms,** Renzstr. 3, 67547 Worms
- **Seniorenakademie des Caritasverbandes**

Ansprechperson

Nicole Stephan, Fachstelle für frauenspezifische Suchtarbeit,
Renzstr. 3, 67547 Worms, Tel. 06241-20617-31, n.stephan@caritas-worms.de

Daten und Fakten

Die Auftaktveranstaltung fand am 06.11.2015 im Psychosozialen Zentrum des Caritasverbandes Worms e.V. statt. Es nahmen rund 40 Personen teil. Ab dem 15.11.2015 fanden weitere Gruppenangebote unter anderem im „Kunsthaus der Prinz-Carl-Anlage“ mit einer Wormser Künstlerin statt, an denen jeweils rund 15 Personen teilnahmen.

Ausblick

Der Regionale Arbeitskreis hat das Thema „Sucht im Alter“ aufgegriffen und als ein weiteres Themenfeld der Suchtprävention in der Stadt Worms aufgenommen. Insbesondere der spielerisch-kreative Ansatz des durchgeführten Projektes hat die Zielgruppe angesprochen und soll nach Möglichkeit auch weiterhin beibehalten werden.

Impressum

Herausgegeben von der
Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz
Telefon 06131 2069-0
Telefax 06131 2069-69
info@lzg-rlp.de
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.
Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der LZG

Autoren
Verantwortlich für die Projektbeschreibungen sind
die jeweils angegebenen Ansprechpartner.

Redaktion
Simone Manger, Referat Suchtprävention der LZG
Nina Roth, Referatsleiterin Suchtprävention der LZG

Grafische Gestaltung
Andrea Wagner, www.andreawagner-grafikdesign.de

Fotos
www.photocase.de: Titel und S. 6 *(ZWEISAM)*, S. 8 *(jala)*, S. 19 *(Rike)*, S. 23 *(Fotoline)*

Druck
I.B. Heim

Copyright
Nachdruck und Vervielfältigung der Abbildungen und Texte – auch auszugsweise – sind nur nach Freigabe durch die LZG möglich.

LZG-Schriftenreihe Nr. 316
Publikationsnummer 18/2017

LZG Eine gesunde Zukunft gestalten