

### Gibt es DEN alten Menschen?

Sicher nicht. Sie kennen den aktiven Endfünfziger, der dynamisch ist und noch voll im Berufsleben steht oder die Großmutter, die mit dem eigenen Auto den Enkel von der Schule abholt, bis hin zum Bewohner eines Altenpflegeheimes mit eingeschränkter Entscheidungsfähigkeit. Die Personengruppe ist sehr heterogen!

### Patienten der Generation 65plus

Heute bleiben Menschen länger geistig und körperlich fit, aber der natürliche Alterungsprozess lässt sich nur in Grenzen aufhalten.

Das bedeutet: Sinnesleistungen vieler Menschen nehmen im Laufe ihrer Lebensjahre ab. Altersbedingte Einschränkungen bestimmen den Alltag und die Therapie. Es wird für Sie und uns deshalb wichtig, die Grenzen reifer Patienten zu erkennen und zu respektieren.

### Was ändert sich konkret?

Die altersbedingten Einschränkungen der **Sehleistung** können zu einem Verlust von bis zu 80% führen. Dabei wird die Verringerung der Sehschärfe besonders im Nahbereich und bei schlechter Beleuchtung bemerkt. Schon im Alter von ca. 40 Jahren werden diese Veränderungen im Alltag als störend empfunden. Besonders problematisch: Alterssichtigkeit wird oft nicht angemessen korrigiert. Nicht in jeder Situation haben Ihre Patienten die entsprechende Brille dabei oder sie findet keine Verwendung. Die Antwort auf Ihre Frage nach dem letzten Sehtest offenbart vielleicht Erkenntnisse, an die vorher gar nicht gedacht wurde.

**Machen Sie selbst den Test. Welchen dieser Texte mit verschiedener Schriftgröße können Sie ohne Brille und mit Brille scharf sehen?**

Gutes Sehen schützt	16 Punkt Schrift
Ihre Patienten vor Risiken	12 Punkt Schrift
und kann den Therapieerfolg	10 Punkt Schrift
maßgeblich unterstützen.	8 Punkt Schrift

Die altersbedingten Einschränkungen der **Farbwahrnehmung** werden oftmals unterschätzt. Sicher haben Sie auch schon die Erfahrung gemacht, dass sich Patienten bei der Tabletteneinnahme an der Farbe der Tablette orientieren oder bei der Wahl des richtigen Insulins die Farbe der Etiketten eine große Rolle spielt. Deshalb legen wir bei Sanofi-Aventis bei unseren Insulinen nicht nur auf die richtige Farbwahl großen Wert, sondern berücksichtigen dabei möglichst große Kontraste, die besonders Patienten mit Rot-Grün-Blindheit helfen. Zusätzlich werden auch die Formen der Farbflächen zur Unterscheidung mit genutzt.

Auch erleben unsere Patienten schon früh altersbedingte Einschränkungen der **Hörleistung**. Denn jeder zweite zwischen 45 und 64 Jahren hat ein **Hörproblem**. 75 % der über 65jährigen hören schlecht. Die nachlassende Empfindlichkeit für höhere Frequenzen kann dazu führen, dass die Kommunikation mit den helleren, weiblichen Stimmen zunehmend schwieriger wird.

Beachten Sie dies besonders bei Telefonaten insbesondere mit alten Patienten. Einige inhaltlich weniger wichtige Sätze am Anfang des Gespräches helfen Ihren Patienten sich auf Satzmelodie und Sprechgeschwindigkeit einzustellen. Die

inhaltlich wichtigen Gesprächsteile werden besser wahrgenommen. Und - sprechen Sie bewusst ruhig und deutlich.

**Unser Tipp:** Wir achten beim persönlichen Gespräch darauf, dass der Patient unseren Mund beim Sprechen sehen kann.

Altersbedingten Einschränkungen der **Beweglichkeit und Feinmotorik der Hände** haben Einfluss auf die erfolgreiche Durchführung der Therapie. Immerhin gehen ca. 35% der Muskelkraft bis zum 70. Lebensjahr verloren und die eingeschränkte Beweglichkeit betrifft, durch die Versteifung unter anderem der Fingergelenke, die Möglichkeit Blister zu öffnen, feine Strukturen sicher zu fassen (Bleistift-Haltetest) oder z. B. Insulinpen-Nadeln zu wechseln.

**Unser Tipp:** Große Strukturen (z. B. große Insulinpens oder dicker Griff der Zahnbürste) berücksichtigen besser die Bedürfnisse der Generation 65plus.

**Vermeiden Sie Fallen in der Kommunikation.** Auch wenn es positiv gemeint ist: Beliebte Satzhülsen, wie „... das ist halb so schlimm“, „... es wird schon wieder werden“, „... das kriegt fast jeder ältere Mensch“ usw., sind das Gegenteil einer empathischen Haltung und können eine tragfähige Arzt-Patienten-Beziehung stören.

**Unser Tipp: Wir verharmlosen und Bagatellisieren** Äußerungen unserer alten Patienten nicht.

Alte Menschen fühlen sich oftmals unverstanden und hilflos. Die einen reagieren aggressiv und „störrisch“, andere können Tränen nicht zurück halten. Versuchen Sie sich in die Situation Ihres alten Patienten hineinzusetzen und berücksichtigen Sie dabei auch das soziale Umfeld. Die Not und Hilflosigkeit, die sich hinter diesen Verhaltensweisen verbirgt, ist meist echt und reicht tief in den Alltag des Patienten hinein.

**Unser Tipp:** wir Nehmen auch diese Patienten so wie sie sind. **Pädagogische Zurechtweisungen** wie "Alte Leute weinen nicht" helfen in keinem Fall.