

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 84 (2013)
Heft: 10: Bauen fürs Alter : Architektur für die dritte Lebenshälfte

Rubrik: Kurznachrichten

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Kolumne

Kurz- nachrichten

Die andere Sicht – alt vor der Zeit

Viele meistern ihre Behinderung geschickt – aber sie zahlen einen Preis.

Von Tom Shakespeare

Neulich besuchte ich eine alte Freundin. Ich sage alt, aber sie ist erst um die fünfzig. Sie wurde, wie ich, mit einer körperlichen Beeinträchtigung geboren. Bei ihr sind es fehlende Arme. Sie bewältigt jedoch alles mit Beinen und Füßen, ebenso meisterhaft wie elegant. Sie isst mit den Füßen, fährt Auto mit den Füßen und versorgt ihre Kinder so gut wie jeder andere. Doch als sie letztens zur Routineuntersuchung beim Arzt war, eröffnete man ihr, sie habe den Körper einer Achtzigjährigen.

Der jahrzehntelange, aussergewöhnliche Gebrauch ihrer Beine und Füße und Schultern hatte ihre Gelenke über das übliche Mass abgenutzt. Meine Lage ist viel weniger extrem, aber auch ich verspüre nach fünf Jahren als Rollstuhlfahrer erste Schulterschmerzen. Meine Freunde mit Zerebralparese oder Kinderlähmung berichten Ähnliches.

Das scheint so ungerecht! Man hat sich mit dem Zustand, in dem man geboren oder der frühzeitig erworben wurde, arrangiert, die Symptome zu beherrschen gelernt und eine gute Lebensqualität erlangt. Und dann stellt man fest, dass man viel schneller altert, dass wichtige Funktionen verloren gehen. Die Blinde wird schwerhörig, der Taube verliert sein Sehvermögen, und plötzlich droht vollkommene Isolation.

Was tun? Keiner von uns will bemitleidet werden. Jeder wird es schaffen, denn wir alle haben die innere Stärke entwickelt, unser Leben zu meistern.

Wir hoffen auf Techniken, die manches kompensieren, und auf soziale Einrichtungen, die einige der Lücken schließen. Aber vielleicht müssen auch wir ein wenig bescheidener werden und akzeptieren, dass wir – wie jeder mit zunehmendem Alter – nicht mehr alles vermögen, was uns früher möglich war, und nicht mehr so unabhängig sein können, wie wir es uns wünschen.

Was sich nicht ändert, ist unsere Gleichberechtigung. Das Alter beseitigt nicht unser Menschenrecht auf Würde und Anerkennung.

Zum Autor: Tom Shakespeare ist Soziologe. Diese Kolumne erschien zuerst in der September-Ausgabe von «NZZ Folio».

Wissenschaft

Schlaf steigert die Aktivität von Helferzellen

Eine neue Studie weist darauf hin, was nachts in unseren Köpfen geschieht. Während des Schlafs bauen spezielle Zellen Hüllen für Neuronen auf. Der menschliche Körper braucht Schlaf, viel Schlaf: Durchschnittlich verbringen wir rund 24 Jahre unseres Lebens in diesem eigentümlichen Dämmerzustand. Doch noch immer ist nicht restlos geklärt, weshalb wir überhaupt schlafen. Eine neue Studie zeigt nun, dass Schlaf eine wichtige Funktion bei der Bildung und Reparatur von Hilfsstrukturen im Gehirn hat.

Forscher um Chiara Cirelli von der University of Wisconsin in Madison haben an Mäusen untersucht, wie sich Schlaf- und Wachphasen auf Oligodendrozyten auswirken. Diese Helferzellen umhüllen im gesunden Gehirn und als Reaktion auf eine Verletzung die Zellfortsätze von Neuronen mit Myelin, einer Isolierschicht aus Fett und Protein, die eine schnelle Signalübertragung ermöglicht: Dank den sogenannten Myelinscheiden «hüpfen» die elektrischen Impulse förmlich den Zellfortsätzen entlang.

Cirelli und ihre Kollegen nutzten eine neuartige Methode namens Trap, die es erlaubt, die Genaktivität in zuvor definierten Zelltypen zu untersuchen. Schon zuvor sei bekannt gewesen, dass neben dem Schlaf-Wach-Zyklus auch die Tageszeit einen Effekt auf die Genexpression von Gehirnzellen habe, sagt Cirelli. Deshalb untersuchten die Wissenschaftler nicht nur schlafende und wache Mäuse, sondern auch eine Kontrollgruppe mit Mäusen, die zu den üblichen Schlafenszeiten wachgehalten wurden. Dazu sei lediglich nötig ge-

wesen, ihnen ein Laufrad in den Käfig zu stellen. Es zeigte sich, dass bei den Oligodendrozyten von schlafenden Mäusen jene Gene eingeschaltet waren, die für die Bildung von Myelin zuständig sind. Das deutet darauf hin, dass Myelinscheiden vor allem während des Schlafs aufgebaut werden. Im Gegensatz dazu waren bei wachen und bei wach gehaltenen Tieren Gene aktiv, die mit zellulärem Stress und Zelltod zusammenhängen.

Weitere Analysen ergaben, dass während des Schlafs doppelt so viele Vorläuferzellen für Oligodendrozyten neu entstanden als während der beiden Wachphasen. Diese Zellen, die sich später zu Oligodendrozyten entwickeln, reproduzierten sich besonders stark während der REM-Schlafphase, in der die meisten Träume stattfinden. Dass sich die Zahl der Vorläuferzellen bereits nach wenigen Stunden Schlaf erhöht habe, sei eine grosse Überraschung gewesen, sagt Cirelli. Bisher sei man davon ausgegangen, dass dies ein viel langwieriger Prozess sei.

Aus den neuen Daten schliesst Cirelli zudem, dass chronischer Schlafentzug Symptome der Multiplen Sklerose (MS) verschlimmern könnte. Bei dieser Krankheit attackiert und zerstört das körpereigene Immunsystem die Myelinscheide von Neuronen im Gehirn und im Rückenmark, was zu verschiedenen neurologischen Störungen führen kann. Deshalb gelte es, in zukünftigen Experimenten herauszufinden, ob bei MS-Patienten ein Zusammenhang zwischen Schlaf und der Stärke ihrer Beschwerden bestehe.

NZZ

Bluttest für Suizidgefährdete?

Gibt es bald einen Bluttest, der die Suizidgefährdung eines Menschen erkennen kann? Eine Gruppe von Wissenschaftlern um den Psychiater Alexander Niculescu von der Indiana School of Medicine in Indianapolis (USA) hat herausgefunden, dass im Blut von Menschen mit einer manisch-depressiven Erkrankung und damit einem über 20-fach erhöhten Suizidrisiko ein spezifisches Enzym in auffällig konzentrierter Form vorkommt. Es ist ein Enzym, das für den sogenannten programmierten Zelltod (Apoptose) verantwortlich

ist, also für den Vorgang, der potenziell schädliche Zellen tötet, damit der Gesamtorganismus überleben kann. Warum dieses Enzym bei suizidgefährdeten Menschen konzentrierter vorkommt, können die Forscher (noch) nicht sagen. Ausserdem ist fraglich, ob ein solcher Test ethisch verantwortbar ist und ob potenzielle Patienten ihm zustimmen würden. Immerhin sagt die deutsche Psychiaterin und Suizidforscherin Ute Lewitzka: «Es ist wichtig, Gefährdete früh zu erkennen. Bei den meisten Menschen ist der Todeswunsch ein vorübergehender Zustand – ein Zustand von grösster Verzweiflung und innerer Not. Wenn es uns gelingt, den Menschen in diesem Moment zu erreichen, zu begleiten und ihm dann über die Phase hinwegzuhelfen, dann können wir sein Leben oft retten.»

Deutsches Ärzteblatt

Beinprothese mit Gedankensteuerung

Ein Mann, dem der Unterschenkel fehlt, kann eine Prothese nur durch seine Gedanken steuern. Wissenschaftler des Rehabilitation Institute of Chicago konnten während der Amputation nicht genutzte Nerven erhalten und sie in den Oberschenkel umleiten, wo sie für die Kommunikation mit dem Roboterbein eingesetzt werden. Der Mann kann jetzt problemlos auf einer ebenen Fläche gehen, Stufen steigen und sogar mit einem Fussball spielen. Während einer normalen Amputation von Gliedmassen werden die Hauptnerven durchtrennt und verlieren ihre Funktion. 2006 erkannten Wissenschaftler um Todd Kuiken, dass sie einen Teil dieser Funktionen durch die sorgfältige Umleitung in einen anderen Teil des Körpers erhalten konnten. Später setzten sie die umgeleiteten Nervensignale ein, um ein Roboterbein zu kontrollieren. Der Betroffene konnte die Prothese mit den gleichen Nerven steuern, mit denen sie auch ursprünglich diesen Körperteil kontrolliert hatten.

In einem ersten Schritt verbanden die Forscher die beiden Hauptäste des Ischiasnervs mit den Muskeln oberhalb der amputierten Stelle. Nach einigen Monaten konnte der Patient seine Oberschenkelmuskeln nur durch das blosses Denken an das fehlende Bein kontrollieren. Der nächste Schritt war die Verbin-

dung mit einer Prothese, die eine ganze Reihe mechanischer Sensoren wie Beschleunigungsmesser enthält. Das Bein kann die Informationen dieser Sensoren nutzen, um bestimmte Arten des Gehens zu ermöglichen. Nur mit Hilfe der Sensordaten gelang es dem Roboterbein, in rund 87 Prozent der Fälle die richtige Bewegung auszuführen. Mit weiteren Daten der Nerven erhöhte sich dieser Prozentsatz auf 98 Prozent.

New England Journal of Medicine

Abwarten oder operieren?

Man muss sich das einmal vorstellen: Da bekommt ein Mann die Diagnose Prostatakrebs mitgeteilt. Es wird alles getan, um ihm das Leben zu retten, eine aufwendige Operation oder eine Bestrahlung - und irgendwann danach stellt sich heraus, dass er an diesem Krebs gar nicht gestorben wäre, dass er mit ihm alt geworden wäre, ohne grosse gesundheitliche Probleme zu bekommen. Er hätte also die unangenehmen Nebenwirkungen der Behandlung gar nicht in Kauf nehmen müssen. Nicht die Impotenz, auch nicht die Inkontinenz und nicht die Angst.

Man muss sich aber auch den umgekehrten Fall vorstellen: Bei einem Mann wird ein Tumor in der Prostata gefunden, die weiteren Untersuchungen geben Entwarnung. Es müsse nichts weiter getan werden, als regelmässig zu beobachten, sagen die Ärzte, keine Bestrahlung, keine Operation. Und dann wird dieser Tumor doch zu einem aggressiven Krebs, lebensbedrohlich, vielleicht sogar tödlich - der doch leicht auszumerzen gewesen wäre, hätte man ihn nur frühzeitig behandelt! Das sind die beiden Szenarien, die US-amerikanische Wissenschaftler nun zu verhindern hoffen. Sie haben einen Test entwickelt, der mithilfe dreier Gene eine genaue Aussage darüber möglich machen soll, ob ein Prostatatumor so bösartig ist, dass man ihn behandeln sollte - oder eben nicht. Die Gene müssen allerdings aufwendig in Gewebeproben bestimmt werden. Diese sogenannten Biopsien entnehmen Ärzte Männern mit einem Verdacht auf einen Prostatakrebs aber ohnehin. Sollten die drei Gene eine derart grosse Aussagekraft haben, wie es die Studienautoren um die Onkologin Cory Abate-Shen vom

>>

Columbia University Medical Center in New York vermuten, dann liesse sich so einiges Leid ersparen.

Science Translational Medicine online/

DIE ZEIT

Neue Bücher

Nachdenken über die Würde des Menschen

Wie wohltuend, dass es hoch gebildete Leute gibt, die so schreiben können, dass auch Leserinnen und Leser ohne akademische Gelehrtheit ihnen folgen können, ihnen sogar gerne folgen. Der schon lange in Berlin lebende Schweizer Philosoph Peter Bieri gehört zu ihnen. Auch sein neues Buch «Eine Art zu leben – Über die Vielfalt menschlicher Würde» lädt einen ein mitzudenken, wenn er – anhand auch von ganz alltäglichen Beispielen – darüber philosophiert, was menschliche Würde ist und wann sie verloren geht. Unter anderem geht es bei Bieri um Menschen, die alt und gebrechlich werden und auf Hilfe angewiesen sind. Wie kann Würde

im Angesicht des Leidens und Sterbens bewahrt werden? «Würde», sagt Bieri, «ist das Recht, nicht gedemütigt zu werden.» Bieri ist ein belesener Mensch. Er kennt nicht nur die Philosophen. Er kennt sich auch aus in der Literatur, und er macht Lust darauf, die von ihm zitierten Bücher – wieder einmal oder endlich einmal – zu lesen. Bieris Buch ist ein Genuss und ein Gewinn. Wer nicht glauben mag, dass ein Philosoph gut und verständlich schreiben kann, dem sei verraten, dass es Peter Bieri noch als Pascal Mercier gibt. Unter diesem Pseudonym schreibt er Romane – zum Beispiel «Nachtzug nach Lissabon».

Peter Bieri, «Eine Art zu leben – Über die Vielfalt menschlicher Würde», Carl Hanser Verlag, 384 Seiten, 37,90 Franken.

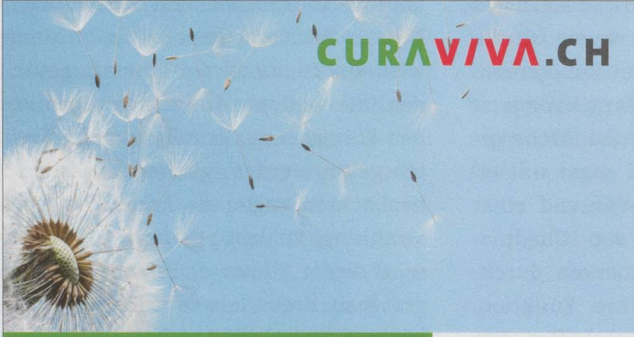
Dies & das

Alter und Altwerden auf der Bühne

Nach dem Film hat nun auch das Theater die Alten entdeckt. Jedenfalls sind auf deutschsprachigen Bühnen in der eben angelaufenen Theatersaison gera-

de ein halbes Dutzend Inszenierungen zu sehen, die sich mit dem Alter und dem Altern beschäftigen. Das umfassendste Projekt trägt den Titel «The Art of Aging» (Die Kunst des Alterns) und wurde vom Staatstheater Karlsruhe in Kooperation mit dem rumänischen Nationaltheater Temeswar und sechs weiteren europäischen Theatern erarbeitet. Als erster Teil dieser Unternehmung ist ab Mitte Oktober in Karlsruhe das Stück «Irgendwann in der Nacht» über ein altes Liebespaar zu sehen. Geschrieben hat es die 88-jährige Libanesin Etel Adnan. Mit einem speziellen Aspekt des Alterns beschäftigt sich das Theater Braunschweig. Im Stück «Polnische Perlen» geht es um osteuropäische Pflegerinnen, ohne die die deutsche Altenpflege schlicht zusammenbrechen würde. Und schliesslich verlegt das Theater Freiburg die Bühne gleich direkt ins Altersheim: Im Wohnstift Freiburg hat im kommenden Juni «Liebe. Eine Übung» Premiere.

Anzeige



CURAVIVA.CH

PERSONALBERATUNG
WEIL GUTES PERSONAL ZÄHLT

**Wir finden Ihr Wunschpersonal.
Persönlich. Professionell.**

Die Personalberatung von CURAVIVA Schweiz unterstützt Sie dabei, neues Fach- und Kaderpersonal zu suchen und gezielt auszuwählen. Profitieren Sie von unserem persönlichen umfassenden Netzwerk und langjährigen Branchenwissen.

Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wir informieren Sie gerne (e.tel@curaviva.ch / Tel. 031 385 33 63).

www.curaviva.ch/personalberatung

CURAVIVA weiterbildung

Praxisnah und persönlich.

Bildung bringt Sie weiter!

NDK PraxisausbildnerIn

Angehende Berufsleute professionell durch die Ausbildung begleiten

- Berufliche Spezialisierung als PraxisausbildnerIn mit NDK-Zertifikat HF
- integriert:
Abschluss BerufsbildnerIn BBT und SVEB-Zertifikat Stufe 1

10. Februar bis 5. November 2014 (19 Tage), Luzern

Weitere Informationen und das Detailprogramm finden Sie unter www.weiterbildung.curaviva.ch

CURAVIVA Weiterbildung Abendweg 1 6006 Luzern
Tel. 041 419 01 72 weiterbildung@curaviva.ch