

Zeitschrift:	Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti
Herausgeber:	Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband
Band:	- (1980)
Heft:	6
Artikel:	Der alternde Mensch und seine Umwelt
Autor:	[s.n.]
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-930599

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: 10.02.2026

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

Der alternde Mensch und seine Umwelt

(kfs) Als soziales Wesen wird auch der ältere Mitbürger stark von den Ansichten und dem Verhalten seiner Umwelt geprägt. Wie P. Darcq, der Leiter der Arbeitsgruppe für Altersfragen der Caritas Europa, darlegt, so hat «die Welt von heute in ihrem sozialen Bewusstsein die Probleme der Pensionierung und des hohen Alters verdrängt, denn der alte Mensch ist in unserer vor allem auf Produktivität bedachten Gesellschaft wirtschaftlich nicht nützlich. Diese soziale Kategorie erweckt daher nicht das Interesse der Massenmedien und der Geschäftswelt». Somit ist die Verbesserung der gern zitierten «Lebensqualität» der älteren Leute in besonderem Masse eine Angelegenheit der Gesellschaft als Ganzes, zu deren Gelingen besonders die jüngeren Generationen ein grosses Stück beitragen können.

Für viele ältere Menschen war Jahrzehnte hindurch die Arbeit zugleich ihr einziges «Hobby». Es ist deshalb gut verständlich, dass sie, sobald sie nicht mehr im Arbeitsprozess stehen, Minderwertigkeitsgefühle gegenüber jenen entwickeln, die noch ihrer täglichen Arbeit nachgehen. Betrachtet man die physische und psychische Leistungsfähigkeit der älteren Menschen, so lässt sich ein solch negatives Gefühl leicht erklären. Die in der Schweiz unter den ältesten Bewohnern von Steffisburg durchgeführte Untersuchung zeigt dies deutlich.

Auf die Frage nach ihrem Gesundheitszustand antworteten 18,3 Prozent, dass dieser «sehr gut» sei. Der grösste Teil der Befragten (44,6 Prozent) nannte ihn «gut». Und noch 28 Prozent fühlten sich als «mittelmässig» gesund. Überraschend war auch das Ergebnis in bezug auf die physische Leistungsfähigkeit: 77,1 Prozent können von sich sagen, «vollständig leistungsfähig» zu sein. Als «weitgehend leistungsfähig» stufen sich weitere 14 Prozent ein. Nicht viel anders sah es aus, was die psychische Leistungsfähigkeit der betagten Leute anbelangte:

Geistig voll leistungsfähig	48,6 Prozent
Geistig leistungsfähig	36,1 Prozent
Geistig bedingt leistungsfähig	10,1 Prozent
Geistig etwas reduziert	3,8 Prozent
Geistig stark reduziert	1,4 Prozent

Es ist also nicht verwunderlich, dass sich der ältere Mensch gegen seine Umwelt zur-Wehr zu setzen versucht, wenn diese nicht bereit ist, ihn als vollwertiges Mitglied der

Gesellschaft zu akzeptieren. Inzwischen hat jedoch die Zahl der älteren Menschen so zugenommen, dass die Gesellschaft gar nicht umhin kann, dem Alter wieder ihre Reverenz zu erweisen. Die Wissenschaft hat längst bewiesen, dass Aktivität das beste Mittel zur Verhinderung von Schwäche und gesundheitlichen Komplikationen ist. So sind erfolgreiche Helfer von der modernen Medizin entwickelt worden. Das Präparat Geriavit Phamaton zum Beispiel bringt den notwendigen Antrieb, ohne aufzuputschen, und begünstigt die Selbstregeneration und Aktivität. Die Angst des alternden Menschen, sich zuviel abzuverlangen, ist im Regelfall unbegründet. Aus den Erkenntnissen der Medizin ist der Schluss zu ziehen: Wer nicht schwere körperliche Arbeit verrichtet, wer nicht höchster geistiger Belastung ausgesetzt ist, und wer nicht krank ist, darf keinesfalls untätig sein und sich einer falsch-verstandenen Ruhe hingeben. Gerade hierdurch ruiniert er seine Gesundheit und erschöpft er seine Vitalität.

Quand sommes-nous vieux?

(kfs) Au temps de César — il y a près de 2000 ans — l'espérance de vie moyenne ne dépassait guère 20 à 25 ans. Les gens étaient donc déjà «vieux» à une époque de la vie où nous commençons à peine à faire nos premiers pas hésitants dans le monde professionnel. Même vers la fin du 17e siècle, il était rare qu'on vive plus de 35 ans. Et dans la seconde moitié du 19e siècle, un cinquantenaire inspirait encore la vénération à cause de son «âge canonique»...

Tout cela peut nous faire sourire aujourd'hui, puisque notre espérance de vie se situe à 70 ans ou plus. Et il est probable que dans cent ans, quand l'espérance de vie aura une fois encore augmenté, nos petits enfants s'amuseront à l'idée de ce que nous qualifions de vieillesse.

Pour le biologiste, le processus du vieillissement se met en marche dès la naissance, ce qui démontre bien que la notion de vieilles-