

Zeitschrift: PS-Info : Neues von Pro Senectute Schweiz
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: - (2011)
Heft: 1: Tabuthema Sucht im Alter

Artikel: Suchtprobleme im Alter : alte und neue Herausforderungen
Autor: Graf, Michel
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-788154>

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: 25.04.2026

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

Suchtprobleme im Alter: alte und neue Herausforderungen

Der Alkoholkonsum stellt bei den älteren Menschen das grösste Suchtproblem dar, liegt doch bei 12,3% der über 65-Jährigen – und das entspricht einem von acht Senioren – ein Risikokonsum vor. Aber es kommen auch andere Abhängigkeiten vor, einschliesslich jener, die mit den illegalen Drogen verknüpft sind.

Michel Graf – Direktor von Sucht Info Schweiz, Lausanne



Der Alkoholkonsum kann ab dem 60. Lebensjahr grössere Probleme verursachen als zuvor. Mit dem Alterungsprozess nimmt die im Organismus vorhandene Wassermenge ab; der konsumierte Alkohol wird daher mit einer geringeren Menge Flüssigkeit verdünnt, sodass mit der gleichen Menge Alkohol ein höherer Blutalkoholgehalt erreicht wird. Darüber hinaus sind die Auswirkungen der Trunkenheit aufgrund der abnehmenden

Alkoholtoleranz stärker ausgeprägt. So kann der Alkoholkonsum schneller zu physischen Schäden oder zu einer Abhängigkeit führen. Nicht vergessen werden darf die Zunahme der Unfallrisiken, insbesondere der Risiken durch Stürze. Ausserdem ist Alkohol bei zahlreichen Medikamenten kontraindiziert; gerade diese Medikamente werden aber bei dieser Altersgruppe aus evidenten gesundheitlichen Gründen viel häufiger und in grösseren Mengen konsumiert.

Die Pensionierung als Einschnitt

Bei zwei Dritteln der älteren Menschen, die ein Alkoholproblem aufweisen, hat dieses schon lange vor der Pensionierung eingesetzt und sich in der Folge lediglich weiter akzentuiert. Bei einem Drittel dieser Personen markiert jedoch die Pensionierung den Beginn eines problematischen Alkoholkonsums. In der Tat kann das Wegfallen der beruflichen Rolle und der entsprechenden Herausforderungen ein Gefühl der Nutzlosigkeit aufkommen lassen. Die Destrukturierung des Tagesablaufs, die zugleich als Freiheit und als Leere erscheint, kann destabilisierend wirken. All dies kann bei manchen Menschen das Selbstwertgefühl verringern und Depressionen oder erhöhten Stress auslösen. Vor allem bei den Männern ist das Risiko gross, dass zur Linderung in dieser Situation auf Alkohol zurückgegriffen wird. Soziale Isolation, abnehmende Kräfte, Schwermut: Auch die Frauen sind im Pensionsalter ähnlichen Risiken ausgesetzt. Bei ihnen ist Alkoholmissbrauch jedoch im Verhältnis deutlich seltener. Anlass zu Besorgnis gibt hier vielmehr der Rückgriff auf Medikamente.

Reaktion lohnt sich immer

Die Symptome problematischen Konsums vermischen sich häufig mit jenen des Alterns, etwa mit Gedächtnisproblemen, Gleichgewichtsstörungen, Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen und Appetitlosigkeit, Angstzuständen usw. Das Umfeld wagt oft nicht, etwas zu sagen, wenn Anzeichen dieser Art wahrgenommen werden. Wie alle anderen Süchte verursacht die Alkoholabhängigkeit jedoch in jedem Lebensalter Leid; es lohnt sich also immer, darauf zu reagieren! Warum nicht mit der betroffenen Person über das Wahrgenommene sprechen, über die Sorgen, die man sich ihretwegen macht, ohne dabei zu urteilen oder zu moralisieren? Weiter kann man die betroffene Person ermutigen, mit ihrem Arzt zu sprechen und ihn zu bitten, ihr im Umgang mit dieser Situation zu helfen. Die spezialisierten Beratungsstellen bieten auch Unterstützung für Angehörige an.

Neue Realitäten

Die nahe Zukunft wird uns mit neuen Realitäten konfrontieren: Wie können Heroinabhängige ab einem Alter von 60 Jahren begleitet werden? Sind die Alters- und Pflegeheime auf ihre Aufnahme vorbereitet, auf die Durchführung von Substitutionsprogrammen, auf die Folgen von Aids? Die Problematik der Fumoirs hat bereits in Altersheimen vielerorts in der Schweiz für Diskussionen gesorgt und zahlreiche ethische und praktische Fragen aufgeworfen. Die älteren Menschen haben dieselben Rechte wie alle anderen. Die Gemeinschaft hat wie stets die Pflicht, sie zu schützen und ihnen zu helfen. Auch beim Thema Suchtprobleme darf das nicht vergessen werden und dürfen die älteren Menschen nicht vergessen werden!