

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 54 (1976)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Alkohol im Alter  
**Autor:** [s.n]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-721052>

### **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:** 31.01.2026

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

# Alkohol im Alter

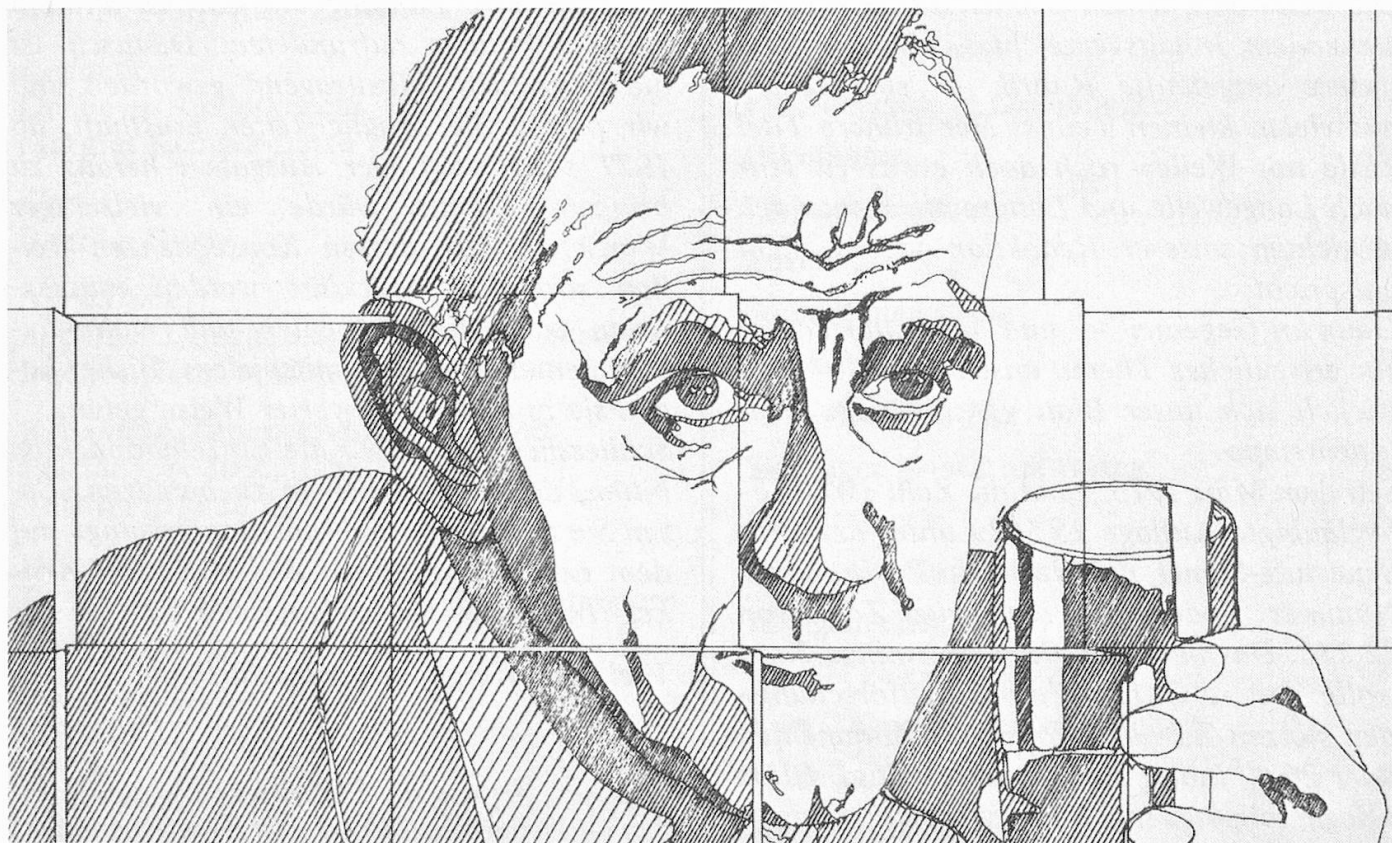
*Letzthin stand in einem Leserbrief: «Würden Sie nicht einmal über Drogenprobleme im Alter berichten?» Wir sind dieser Anregung nachgegangen und haben bald erkannt, dass des Schweizers liebste Droge der Alkohol ist. So werden wir dieses Thema gesondert behandeln und später über Arzneimittelmisbrauch u. ä. berichten.*

*Zum Thema Alkohol haben wir drei kompetente Fachleute befragt: einen Alkoholfürsorger, der eine grosse Stelle für Alkoholgefährdete leitet, einen weiteren Fürsorger, der seit Jahren Besinnungswochen mit Alkoholkranken durchführt und einen Mitarbeiter der Schweiz. Zentralstelle gegen den Alkoholismus (SAS), Lausanne. Alle drei meinen, dass man kaum von einem Alters-Alkoholismus sprechen könne, vielmehr sind für die Verwahrlosung mancher alten Leute ihre früheren Trinkgewohnheiten verantwortlich zu machen, aber auch ihre Umwelt, die sich zu wenig um die Einsamkeit und Isolation der Alkoholgefährdeten kümmert.*

*mk*

## Gibt es einen eigentlichen Alters-Alkoholismus?

Diese Frage zu beantworten, ist nicht ganz leicht. Von den Männern und Frauen, die in den letzten fünf Jahren den Beratungs- und Fürsorgediensten für Alkoholgefährdete gemeldet wurden, sind ungefähr 9—10 % über 60 Jahre alt; der weitaus grösste Teil der Ratsuchenden ist also jünger. Es muss angenommen werden, dass von den über 60-jährigen die wenigsten erst jetzt mit dem Alkohol Bekanntschaft gemacht haben, vielmehr konsumierten diese Männer und Frauen schon früher alkoholische Getränke, waren aber deswegen nie aufgefallen, da sie es in einem — für sie — normalen Rahmen taten. Bei der grössten Beratungs- und Fürsorgestelle der Schweiz, nämlich jener in Zürich, gehören von den rund 800 Klienten 156 der Altersklasse über 60 an, davon 129 Männer und 27 Frauen. Auch hier beweisen die Akten, dass die wenigsten erst mit 60 oder mehr zu trinken begannen.



### Wer meldet uns ältere Trinker?

In vielen Fällen sind es Angehörige, die uns betagte Alkoholgefährdete melden, oft sind es auch Aerzte und Spitäler, Pfarrer und Gemeindegemeinderinnen. Alleinsein und Isolation lassen diese Älteren manchmal vermehrt zum Glase greifen, vielfach kümmern sich auch die erwachsenen Kinder zu wenig oder gar nicht um sie. Gerade verwitwete Betagte fühlen sich nach dem Verlust des Partners zur Seite geschoben und meinen, überflüssig, wenn nicht lästig zu sein. Viele werden aber auch mit der Tatsache, dass sie älter geworden sind, nicht fertig und versuchen, sich mit einem Uebermass an Alkohol darüber hinwegzutäuschen, sie betrachten ihn auch als eine Medizin gegen Schmerzen und Gebrechen verschiedenster Art.

### Beratung und Hilfe

Unsere Beratungsstellen **verwalten** alkoholgefährdeten Betagten die AHV-Renten, die Beihilfen und Pensionsgelder, und da dies meist auf freiwilliger Basis geschieht, sind sie äusserst dankbar dafür.

Uneinsichtige Betagte zwar wollen von einer Geldverwaltung nichts wissen und betonen immer wieder, dass sie nicht bevormundet seien, sondern mit ihrem Geld machen könnten, was sie wollen.

Begreiflicherweise spielt das **Unterkunftsproblem** für Alkoholiker eine grosse Rolle. Nicht selten können sie nicht mehr allein in ihrer Wohnung hausen, weil sie vergesslich und unsauber geworden sind. Wir suchen ständig nach Unterkünften, erleben aber, dass die zuständigen Stellen uns wenig Verständnis entgegenbringen, ja wir stossen oft auf harte Ablehnung bei Vermittlungsstellen, die finden, dass für Alkoholgefährdete kein Platz in einem Alters- oder Pflegeheim sei. Deshalb werden sie schliesslich in eine geschlossene psychiatrische Klinik gebracht werden müssen, wohin sie gar nicht immer gehören — diese Lösung ist für uns schmerzlich und kostet erst noch viel mehr. Dazu ein Beispiel aus der Praxis:

«Beim Alkoholismus handelt es sich nie bloss um das Leiden einer Einzelperson, sondern stets um ein *Problem einer ganzen Familie oder einer ganzen Gruppe*. Man kennt natürlich die naiven Ansichten vieler Laien: ‚Was geht es uns an, wenn ein Mann sein Geld im Wirtshaus verprassen und seine Gesundheit langsam aber sicher ruinieren will? Das geht ihn allein an.‘ Das ist auch die Meinung vieler Alkoholiker. Wir Psychiater hingegen sehen aus der Nähe die unsäglichsten Leiden der betroffenen Familien, die tiefgreifende Schädigung der Kinder, die Brutalität gegenüber den Ehefrauen — und dies alles sehr oft hinter einer raffiniert versteckten Maske von Jovialität, von Pseudo-Kameradschaft im Kreis der Kumpane.»

*Prof. Dr. med. C. Müller, Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Cery-Lausanne.*

Ein 25jähriger, der mit Alkoholmissbrauch beginnt, wird nach zehn bis zwölf Jahren Alkoholiker. Ein 20jähriger wird es durchschnittlich schon nach fünf Jahren. Bei 15jährigen genügen fünf bis sechs Monate, um aus ihnen Alkoholiker zu machen.

*Dr. Th. Kjölstad*

Karl, heute 71jährig, kennen wir seit einigen Jahren. Er hat seinerzeit eine Ferien- und Besinnungswoche mitgemacht und dadurch den Kontakt zu unserer Institution gefunden. Durch seine später eingetretene Invalidität — er läuft heute nur noch an zwei Stöcken — hat sich bereits das erste Unterkunftsproblem ergeben. Während den letzten drei Jahren hat er noch kleinere Arbeiten verrichten können und sich dadurch einen Teil seines Unterhalts verdient. Leider hat sich sein Gesundheitszustand derart verschlechtert — er kann nicht mehr alles essen und erbricht sich am Tisch —, dass

er am jetzigen Wohnort, wo er mit einigen Männern zusammenlebt, fast nicht mehr tragbar ist. Seit mehreren Monaten versuchen wir, leider ohne Erfolg, den Mann in ein Pflegeheim zu bringen. Wenn uns dies, trotz dem verständigten Stadtärztlichen Dienst nicht gelingt, bleibt nur die Einweisung in eine geschlossene Klinik übrig — doch sind auch dort die Plätze sehr beschränkt.

Zwar bemüht sich Karl, weniger zu trinken, doch ganz ohne Alkohol kommt er nicht aus. Deshalb sind wir froh, dass er aus freien Stücken bereit ist, seine AHV-Rente und die Beihilfe durch uns verwalten zu lassen.

Immerhin darf aber darauf hingewiesen werden, dass manche Altersheime solche gefährdeten Menschen mit viel Verständnis aufnehmen.

Für alkoholabhängige Betagte im Altersheim ist die Abkehr vom täglichen «Schöppli» nicht leicht, besonders da in manchen Altersheimen alkoholische Getränke zu günstigen Preisen verkauft werden. Selbstverständlich machen wir in unserer Stelle auf allfällige Veranstaltungen für Betagte aufmerksam — vor allem aber sollen diese unser **Verständnis** spüren, das wir ihnen und ihrem Alter entgegenbringen wollen. Ohne Liebe würde die beste Organisation nichts nützen und es käme wohl nie zu den wertvollen Kontakten zwischen Fürsorger und Betreuten.

Meine Hinweise auf alkoholabhängige Betagte zeigen, dass von einem eigentlichen Alters-Alkoholismus nicht gesprochen werden kann. Wohl fallen oft Leute erst nach dem 60. Lebensjahr wegen ihren alkoholbedingten Schwierigkeiten auf und werden dann einer Fachstelle gemeldet. Viele dieser Betagten hätten aber nie gemeldet werden müssen, wenn die Umwelt für ihre Probleme etwas mehr Verständnis gezeigt hätte.

*Bernhard Zwiker, Präsident  
des Schweiz. Verbandes von  
Fachleuten für Alkoholgefährdeten-  
und Suchtkrankenhilfe*

## Des Schweizers Droge

Wie Haschisch in Afghanistan oder Opium in Thailand gehört auch in der Schweiz eine Droge zum Alltag. Kaum ein offizieller Anlass, kaum ein Familienfest, an dem sie nicht einen Ehrenplatz erhält. Und sie wird konsumiert! Im Durchschnitt trinkt der Schweizer jährlich:

44,8 Liter Wein

73,6 Liter Bier

6,9 Liter Obstwein

5,1 Liter Branntwein

Der Ruf der Droge des Schweizers ist besser, als sie es verdient:

— pro Jahr sterben rund 4000 Menschen an den direkten und indirekten Folgen des Alkoholmissbrauchs;

— rund 20 Prozent der erstmals in psychiatrische Kliniken eingelieferten männlichen Patienten sind Alkoholiker;

— ungefähr ein Drittel der Männer in allgemeinen Abteilungen unserer Krankenhäuser weisen Alkoholschäden auf;

— rund ein Viertel der Verbrechen werden in der Schweiz als direkte oder indirekte Folge von Alkoholmissbrauch begangen;

— die durch Alkoholmissbrauch verursachten *volkswirtschaftlichen und sozialen Schäden* sind bis jetzt nie erhoben worden. Nach vorsichtigen Schätzungen gehen sie in die Milliarden.

Fachleute bezeichnen den Alkoholismus als grösstes sozialmedizinisches Problem. Direkt betroffen vom Alkoholismus sind nicht nur die Alkoholabhängigen, die Alkoholiker, sondern auch ihre nächste Umgebung, da in der Familie die Folgen der Krankheit oft einige Jahre früher zu spüren sind, bevor sie von der Umwelt wahrgenommen werden. Der Alkoholiker wird zum *Fremdling* in seiner Familie.





## Hilfe für Alkoholgefährdete

*ZL Welchen Stellenwert nehmen Besinnungswochen in der Betreuung und Hilfe für Alkoholgefährdete und Alkoholranke ein?*

*Ho* Einen recht wichtigen. Unser Beratungs- und Fürsorgedienst möchte diese Wochen jedenfalls nicht mehr missen; sie haben sich im Rahmen der fürsorglichen Betreuung als ein wirksamer, freiwilliger Weg der Hilfe erwiesen.

*ZL Seit wann führen Sie Besinnungswochen durch?*

*Ho* Der Anfang geht auf das Jahr 1952 zurück. Während 14 Jahren war Wildhaus im Toggenburg unser Ferienort und seit dem Jahr 1964 verbringen wir jetzt unsere Besinnungswochen in Weggis.

*ZL Was ist eigentlich unter der Bezeichnung «Besinnungswoche» zu verstehen?*

*Ho* Seit einigen Jahren bezeichnen wir diese Institution als «Ferien- und Besinnungswochen», damit wird gesagt, dass wir zwei Ziele erreichen wollen:

1. Ferien bieten: wir finden Jahr für Jahr unter den Teilnehmern Männer, die bisher keine Ferien im eigentlichen Sinne des Wortes gekannt, geschweige je einmal erlebt haben. 2. Besinnung: also Zeit und Gelegenheit haben, um sich mit der Alkoholfrage und sonstigen Lebensproblemen auseinanderzusetzen und sich Gedanken über das bisherige und zukünftige Leben zu machen.

*ZL Können Ihre Besinnungswochen nicht als Konkurrenz zu denjenigen des Blauen Kreuzes angesehen werden und sind sie nicht auch eine Konkurrenz zu den medikamentösen Entwöhnungshilfen oder Heilstätten-Kuren?*

*Ho* Keineswegs. Obschon wir eine politisch und konfessionell neutrale, gemeinnützige Institution sind, heisst das nicht, dass wir

religiös indifferent sind und abseits stehen. Toleranz wird bei uns gross geschrieben. In der Fürsorgepraxis aber erleben wir immer wieder, dass religiöse Heilungen des Alkoholismus zu den qualitativ besten und dauerhaftesten gehören.

Es ist also keine Konkurrenz zum Blauen Kreuz, denn wir erreichen hier Trinker, die sich nicht an diese Abstinenzbewegung wenden würden.

Es ist auch keine Konkurrenz zu den Heilstätten-Kuren, diese sind in allen jenen Fällen angezeigt, wo ambulante Hilfe nicht ausreicht und wo sich vor allem eine Milieuveränderung und eine länger dauernde stationäre Behandlung aufdrängt; auch nicht zu den medikamentösen Behandlungen.

*ZL Wenn ich Sie recht verstanden habe, werden Ihre Besinnungswochen auch von der Botschaft des Evangeliums her geplant und gestaltet?*

*Ho Genau. Es geht uns darum, den Teilnehmern zu helfen, mit Gottes Hilfe die Weichen für ihr Leben und die weitere Zukunft richtig zu stellen.*

*ZL Kommt denn Gottes Wort in den Besinnungswochen überhaupt an?*

*Ho Bis jetzt habe ich an zwölf Besinnungswochen mitgearbeitet, seit Herbst 1972 als verantwortlicher Leiter. So kann ich Ihre Frage mit einem klaren «Ja» beantworten. Dabei geht es nicht darum, dass wir die Teilnehmer mit frommen Sprüchen abfüttern und gar bekehren wollen, denn damit kämen wir tatsächlich nicht an, hingegen spüren die Männer sehr rasch, dass in der Besinnungswoche eine kameradschaftliche, fröhliche, echt christliche Atmosphäre herrscht.*

*ZL Dann stossen sich die Leute nicht daran, dass neben anderen Themen auch von religiösen Dingen, von Glaubensfragen gesprochen und über Gott geredet wird, dass jeder Tag mit einer Morgenbesinnung beginnt und bei Tisch zum Essen ein Gebet gesprochen wird?*

*Ho Dies mag dem einen oder anderen anfangs wohl etwas fremd und ungewohnt vorkommen. Die Antwort aber auf Ihre Fragen geben immer wieder die Teilnehmer selbst. So hat einer ganz trüf erklärt: «Das alles gehört dazu, denn man kann auch nicht Backsteine aufeinander schichten, ohne Zement dazwischen zu tun, sonst fällt alles schnell in sich zusammen.»*

*ZL Was wird denn so während einer Ferien- und Besinnungswoche geboten?*

*Ho Das Programm ist abwechslungsreich. Unterstützt werden wir in unserer Arbeit durch Fachleute, wie Aerzte, Psychiater, Pfarrer, Juristen, Sozialarbeiter und andere, die Referate halten und die neuen Erkenntnisse der Sozialarbeit anwenden. Viele Themen und Fragen werden in Gruppen behandelt und diskutiert, was die Gemeinschaft und das Zusammengehörigkeitsgefühl fördert. Auch stehen uns jedesmal ausgewählte Filme und Ton-Bild-Schauen über das Suchtgeschehen zur Verfügung, die das Gesprochene unterstützen und ergänzen.*

*ZL Wie viele Männer nehmen durchschnittlich an einer Besinnungswoche teil?*

*Ho Damit wir die Ferien- und Besinnungswoche in einem familiären Rahmen durchführen können, beschränken wir die Teilnehmerzahl auf zwanzig bis dreissig. Gehen mehr Anmeldungen ein, werden für Erstmalige und «Wiederholiger» getrennte Wochen durchgeführt; dies war 1972 und 1974 der Fall. Während all diesen Jahren sind Hunderte durch unsere Besinnungswochen hindurchgegangen.*

*ZL Aus welchen Berufen und Schichten rekrutieren sich Ihre Teilnehmer?*

*Ho Aus allen: vom Hilfsarbeiter, Magaziner, Berufshandwerker, Studenten, Bahn-, Post- und Swissairangestellten bis zum Hoteldirektor.*

# “Bei Schulumüdigkeit gebe ich meinen Kindern Bio-Strath.”



Bio-Strath verbessert die Konzentrationsfähigkeit und Ausdauer und steigert dadurch die Gedächtnisleistung.

Es enthält ausschliesslich Aufbau-  
stoffe aus der Natur:  
Candida-Hefezellen,  
Wildpflanzen, Malz,  
Bienenhonig und den  
Saft frischer Orangen.

Die Wirksamkeit von Bio-Strath  
bei Schulumüdigkeit ist durch  
Versuche in Schulen erwiesen.

## BIO-STRATH®

Naturkraft aus Hefe und Wildpflanzen

*ZL Wie beurteilen Sie den Erfolg Ihrer Wochen?*

*Ho* Ich bin in dieser Beziehung bescheiden und meine, wenn nur einer von zwanzig oder dreissig Teilnehmern nach einer solchen Woche abstinent lebt oder wie man so sagt «de Rank findet», wenn also in einem bisher fast hoffnungslosen Fall sich kein Kuraufenthalt oder gar behördliche Massnahmen aufdrängen, hat sich der ganze Aufwand gelohnt. Denken wir nur an die Kosten, die bei einem längeren Kuraufenthalt entstehen.

*ZL Haben Sie als Leiter von Besinnungs-  
wochen ein besonderes Anliegen, das Sie  
gerne weitergeben möchten?*

*Ho* Ich möchte hier ganz gerne einen Wunsch und eine Bitte anbringen:

1. dass sich immer mehr Männer, die von ihrer Alkoholabhängigkeit frei werden möchten, zur Teilnahme an Ferien- und Besinnungswochen melden, und
2. dass Arbeitgeber und Behörden, kirchliche und soziale Stellen, Aerzte und Spitalfürsorgerinnen alkoholgefährdete Männer oder deren Familien auf diese Therapiemöglichkeit aufmerksam machen und zur Teilnahme an einer Besinnungswoche ermuntern. Ich meine, es lohnt sich.

*Ein Interview mit Max Hochuli,  
Alkohol-Fürsorger, Zürich*

## Wenn ältere Menschen trinken

Zu Beginn unserer Ausführungen möchte ich zwei typische Beispiele bringen, die einesteils aufzeigen, was ich unter Alkoholismus im «dritten» Alter verstehe, die andererseits die Probleme erfassen, die durch Alkoholgenuss in einem Alter entstehen, wo die meisten von uns aus dem aktiven Leben ausscheiden.

Herr P., 69, Witwer, dessen verheiratete Kinder weit weg wohnen, ist in ein Altersheim eingetreten. Dieses Haus liegt weit entfernt von der welschen Stadt, wo er den Hauptteil seines Lebens verbrachte, wo er



## Ich heisse Hans und bin Alkoholiker

seine Freunde hatte und wo er jede Ecke, jedes Gässlein und jedes «Bistro» kannte. Plötzlich ist er mit seinen knapp siebzig Jahren in eine völlig neue Umgebung auf dem Lande verpflanzt worden, unter lauter alte Männer und Frauen — dazu verurteilt, sich für den Rest seines Lebens an die Gesetze einer Gemeinschaft zu gewöhnen, die er nicht ausgewählt hat.

Monsieur P. war Arbeiter mit einem ermüdenden, schweren Tagewerk. Wie viele andere hatte er sich angewöhnt, jeden Mittag und jeden Abend zum Essen ein Glas Rotwein zu trinken — ohne Masslosigkeit, einfach, weil er — zu Recht oder zu Unrecht — fand, es tue ihm gut. Im Heim, wo er jetzt lebt, wird aber jeder Alkoholgenuss der Pensionäre schlecht aufgenommen: er wird als beginnendes Laster, als Auflehnung gegen die Hausordnung, ja eigentlich als Hausfriedensbruch empfunden. Darum wird das Weintrinken im Heim einfach verboten. Herr P., immer noch von jugendlichem Feuer und leicht aufbrausend, kann dieses Verbot nicht akzeptieren: er fordert, dass man ihn seine zwei Gläser Rotwein im Tag trinken lasse. Natürlich beginnt er sein Aelterwerden zu spüren, sein Gehör hat abgenommen, und weil er schlecht hört, spricht er sehr laut. Er kann sich auch nicht mehr so gut beherrschen und braucht dann Ausdrücke, die nicht ganz «comme il faut» sind. Diese beiden Tatsachen überzeugen die Heimleitung, dass sie auf Alkoholgenuss zurückzuführen sind. Man sagt, dass der alte Mann schreie, Szenen mache und Unfrieden stifte. Die Gegensätze bleiben bestehen: Auf der einen Seite beansprucht Herr P., dass er so mässig wie früher, seine täglichen zwei Gläser Wein trinken dürfe, auf der anderen Seite findet die Heimleitung, dass alte Pensionäre keinen Alkohol geniessen sollen und verbietet ihn ganz.

Madame N. — unser zweiter Fall — hat ihre Stadt, wo sie seit den Fünfzigerjahren lebt, nicht verlassen, sie wohnt noch in der kleinen Wohnung mit ihren Kanarienvögeln und ihrer Katze und verkehrt weiter mit Be-

Zu trinken begann ich im Aktivdienst. Most, Bier, Schnaps. Erst kleinere, und dann immer grössere Mengen, schliesslich brachte ich es auf 6 bis 8 Liter im Tag. Ich landete in der Nervenheilanstalt, war x-mal bei der Fürsorge. Frau und vier Kinder litten Unsägliches unter meinem unstillbaren Durst. Es kam zur Scheidung. Meine zweite Ehe konnte nicht glücklicher werden, denn schon vor Arbeitsbeginn in der Fabrik sass ich beim Schnaps. Manchmal blieb ich auch sitzen. Aus dem «blauen Montag» wurden blaue Wochen, ich ging immer seltener zur Arbeit. Was meine Familie durchmachte, lässt sich kaum beschreiben. Dutzende von Enthaltensamkeitserklärungen hatte ich unterschrieben und kam gleichentags sternhagelvoll nach Hause. Tiefer konnte ich nicht mehr sinken. Auch meine zweite Frau wollte sich scheiden lassen. Da fiel mir ein Artikel über die «Anonymen Alkoholiker» in die Hände, eine neue, aus den USA stammende Bewegung.

Dieser Aufsatz traf mich wie ein Blitzschlag. Ich wollte das Geheimnis dieser Leute ausprobieren: «Heute rührst du kein Glas an». Es ging. Seither habe ich tatsächlich, Tag für Tag, diesen Vorsatz halten können. Aber das erste Jahr war hart. So wandte ich mich an die Postfach-Adresse aus der «Annabelle». Am vereinbarten Abend erwarteten mich drei Männer: «Wir heissen Max, Fritz und Alfred und sind Alkoholiker». Dann erzählte jeder seine Geschichte. Es waren «hoffnungslose Trinker» wie ich, aber als «A. A.» rührten sie keinen Alkohol mehr an. Diese Männer verstanden mein Elend. Und seither gehöre auch ich zu den A. A.

*Aus einem Artikel über die «Anonymen Alkoholiker». Adresse: Schweiz. A. A. Kontaktstelle, Postfach 32, 9428 Walzenhausen/AR, Tel. 071 / 44 22 44.*





kannten und Freundinnen. Heute ist Frau N. 72 Jahre alt, sie war viele Jahre lang Direktionssekretärin, bevor sie sich ein eigenes kleines Geschäft aufbaute. Sie arbeitete noch lange über das AHV-Alter hinaus, aber seit ein paar Jahren hat sie nun — aus Altersgründen — auf ein Berufsleben verzichten müssen. Natürlich macht sie weiterhin ihre Besorgungen, geht zweimal in der Woche auf den Markt, hie und da zu einem Spaziergang oder ins Kino, doch kann ihr dieser Zeitvertreib das frühere Leben nicht ersetzen; sie fühlt sich verloren in einem — wie sie findet — unausgefüllten Dasein.

Wie sie es immer gewöhnt war, steht Madame N. jeden Morgen früh auf. Dann beginnt sich der Tag endlos hinzuziehen: ein paar Kommissionen, ein Gang auf die Post oder der Kauf einer Zeitung füllen ihren Tag nicht aus. In dieser Lebenslage entdeckt sie «die kleinen Freuden des Lebens»: Sie teilt nun ihren Tag ein, indem sie da einen leichten Apéritif, dort ein Gläschen Likör zum Kaffee, später einen süßen «Damen-schnaps», am Abend einen Grog genehmigt. Diese kleinen «Gläschen» folgen sich, unschuldig, bringen etwas Festlichkeit und Glanz in den Alltag. Eigentlich ist sie selbst erstaunt, dass ihr, die früher keinen Alkohol getrunken hat, diese kleinen Freuden so wichtig geworden sind. Doch sagt sie sich: «Da ich ja allein, ohne Verpflichtungen und ohne drängenden Stundenplan bin, warum soll ich jetzt nicht endlich das Leben genießen?»

### **Warum trinken wir eigentlich?**

Aus Durst, aus Freude an Gesellschaft, zur Gemütlichkeit, zum Vergessen von Schwierigkeiten, zur Flucht aus der Realität, aus Langeweile, um uns oder unseren Status zu bestätigen?

Im Fall von Herrn P. haben wir eine alte Gewohnheit, die sich wahrscheinlich kaum je stark verändert: Herr P. ist an sein Glas Wein gewöhnt, ohne das ihm sein Essen schal und freudlos vorkommt. Frau N. aber trinkt aus Langeweile und erst seit kurzem.

Die Gefahr besteht, dass sie immer mehr «Gläschen» in ihr Leben einbauen muss, um irgendwie ein Loch zu füllen — damit greift sie aber langsam ihre Gesundheit an.

So müssen wir also unterscheiden zwischen Alkoholkonsumenten, die ein Leben lang — oft massvoll — getrunken haben und zwischen älteren Menschen, die erst später zu trinken anfangen.

### **Alkoholkonsum und Gesundheit**

Gesundheit ist für den Menschen lebenswichtig: er schätzt die Freiheit als unveräusserliches Gut, dessen man sich ohne Gesundheit nicht erfreuen kann. Wenn wir aber von Gesundheit sprechen, so denken wir ausser an die körperliche und psychische Gesundheit auch an das **soziale Wohlbefinden**. Der Alkohol beeinflusst alle drei Gebiete:

— Die **gesundheitlichen Folgen**: Mit der Blutzirkulation dringt der Alkohol durch den ganzen Körper und erreicht alle Organe, so auch die Leber, in der eine langsame Zerstörung beginnt. In den Extremitäten bewirkt er eine Gefässerweiterung und erreicht auch Herz und Gehirn. Und weil er durch die Blutbahn in alle Teile des Körpers dringt, werden **alle** Organe geschädigt: da sind einmal die Leberschrumpfung, die Oedeme und psychischen Schäden durch die Zerstörung der Hirnzellen.

— Im **psychischen Bereich** vermindert der Alkohol die Realitätswahrnehmung und die Selbstbeherrschung, die Konzentrationsfähigkeit und die Selbstkritik. Bei schwerer Zerstörung durch den Alkohol fehlt den Gedankenschlüssen die Logik, bruske Uebergänge von Hochstimmung zu Zorn stellen sich ein, kurz der Alkoholkranke verliert die Orientierung in Raum und Zeit, das Gedächtnis und das Selbstbewusstsein.

— Bei den **sozialen Beziehungen** lässt sich eine interessante Tatsache feststellen: Oft wird viel Alkohol getrunken, um eine Unangepasstheit in der jeweiligen Gesellschaft zu überspielen, die Schwierigkeit oder Unmöglichkeit mit anderen zu sprechen, das Ge-

### **Trinkzwang?**

Die Massenmedien, Radio und Fernsehen, senden keine Krimis, Hörspiele, Operetten, Musicals, wo nicht eine Flasche Sekt entkorkt, ein Bierkrug gehoben oder ein Whisky gekippt wird.

70 Prozent der Alkoholiker waren vor Beginn der Sucht normal. Diese Zahl dürfte für das ganze Land und darüber hinaus gelten. Sie bekräftigt, was man seit Jahrzehnten wissen kann, wenn man es wissen will, dass 65 bis 70 Prozent der Alkoholkranken *Opfer der Trinksitten, des Trinkzwangs* geworden sind.

Ein Briefträger: «An einem einzigen Sommertag wurde mir in gutgemeinter, aber unvernünftiger Art dreissigmal Wein oder Bier angeboten. Ich wäre längst ein schwerer Alkoholiker, wenn ich nicht gelernt hätte, Nein zu sagen.»

Ein Patient, der nach einigen Wochen Aufenthalt aus dem Spital entlassen wurde, sagte: «Ich habe in diesen kurzen Wochen von Besuchern so viel Weinflaschen erhalten, dass ich eine Weinhandlung eröffnen könnte.»

*Aus einer Broschüre  
des Blauen Kreuzes.*

fühl, allein und isoliert zu sein. Doch der Alkohol löst diese Probleme nicht.

### **Alkohol gegen Isolation?**

Zwar wird oft behauptet, in der heutigen Gesellschaft käme der Einzelne beim Trinken zu Beziehungen mit anderen, dadurch könnte er aus seiner Isolation ausbrechen. Doch der Alkohol überbrückt diese Einsamkeit nicht, seine enthemmende Wirkung setzt selten Wesentliches im Menschen frei. Und wenn die Wirkung des Alkohols verflogen ist, befindet sich der Mensch wieder am selben Punkt wie vorher, oder noch tiefer.

Wenn wir älter werden, reagieren wir viel empfindlicher auf Bemerkungen und Kritiken der Umgebung. Es ist für uns auch viel schwieriger, unsere bisherige Lebensweise in Frage zu stellen. Madame N. z. B., die immer mehr «kleine Gläschen» braucht, merkt, wie sich ihre Freunde zurückziehen, wie sie ihre Nachbarn etwas sonderbar anschauen und nicht mehr mit ihr sprechen — dadurch wird sie immer unsicherer und reizbarer. Herr P. dagegen fühlt sich im Heim unverstanden, während ihn die anderen als «Störenfried» und «Süffel» verschreien.

### Ein vielschichtiges Problem

Alkoholgenuss und -missbrauch lassen viele Fragen aufkommen, speziell in bezug auf das «dritte Alter». Neben den körperlichen, psychischen und sozialen Problemen, die ein Alkoholübermass mit sich bringt, erheben sich grundsätzliche Lebensfragen, die mit dem Erreichen eines höheren Alters und mit

dem Bild, das sich die übrige Bevölkerung vom Alter macht, zusammenhängen.

Wenn es schon irrig ist, alte Leute als eine besondere Kategorie Menschen zu behandeln, als eine Art Unterschicht, so wäre es noch falscher, die Alkoholiker unter ihnen zu einer Unter-Unterschicht zu stempeln. Der ältere Konsument, der dazu neigt, Alkoholiker zu werden, unterscheidet sich nicht wesentlich vom jüngeren erwachsenen Trinker, nur können die Lebensbedingungen des Betagten in seinem (oft nicht mehr selbstgewählten) Milieu durch den Alkoholkonsum erschwert werden.

### Zusammenfassung

Den Alkoholgenuss älterer Menschen kann man von zwei Seiten her ansehen:

— Einerseits von der des «Trinkers», wobei es sich fragt, in welchem Masse der gealterte Mensch seine Gewohnheiten fortsetzen darf, ohne seine Gesundheit, seine geisti-

## Freihof Baden - das Bädersonatorium für Rheumakranke



Mineralhaltigste Therme der Schweiz

Ganzjahresbetrieb, 140 Betten

Hilfe bei Rheumakrankheiten, Wirbelsäulenleiden, Ischias, Nachbehandlung nach Unfällen, Operationen, Lähmungen

Duschen, Sprudelbäder, Gehbäder, Massagen, Wikkeln, Einzeltherapie, Physiotherapie

Ein Chefarzt und zwei Hausärzte sorgen für bestmöglichen Kurerfolg

Im Pauschalpreis (ab Fr. 34.—) ist ärztliche Behandlung und Badekur (Normaldauer 21 Tage) inbegriffen

Das volkstümliche Kurhaus für Leute, die Linderung und Gemütlichkeit, aber keinen Luxus suchen

Gute Verkehrslage in der lebensfrohen Stadt Baden (Schnellzugsstation, direkte Wagen in alle Richtungen)

**Auskunft und Anmeldung: «Freihof», Bäderstrasse 16, 5400 Baden, Tel. 056/22 60 16**



gen Fähigkeiten und seine Beziehungen zur Umwelt zu gefährden.

— Anderseits von der Gesellschaft aus: Was bedeutet er für die Betreuer von Betagten, Altersheime und Sozialarbeiter? Können sie unterscheiden zwischen der Fortsetzung einer bisher harmlosen Gewohnheit und dem Trinken, das den Keim einer Sucht in sich trägt? Wie weit gefährdet dieses Trinken auch die harmonische Beziehung unter den Heiminsassen?

Es handelt sich hier um die gemeinsame Verantwortung der Gesellschaft und des älteren Menschen: diese darf die Betagten nicht bevormunden, jene sollten sich aber an gewisse Spielregeln halten.

*Dominique Jenni  
Schweiz. Zentralstelle gegen  
den Alkoholismus (SAS)*

### Wussten Sie, dass . . .

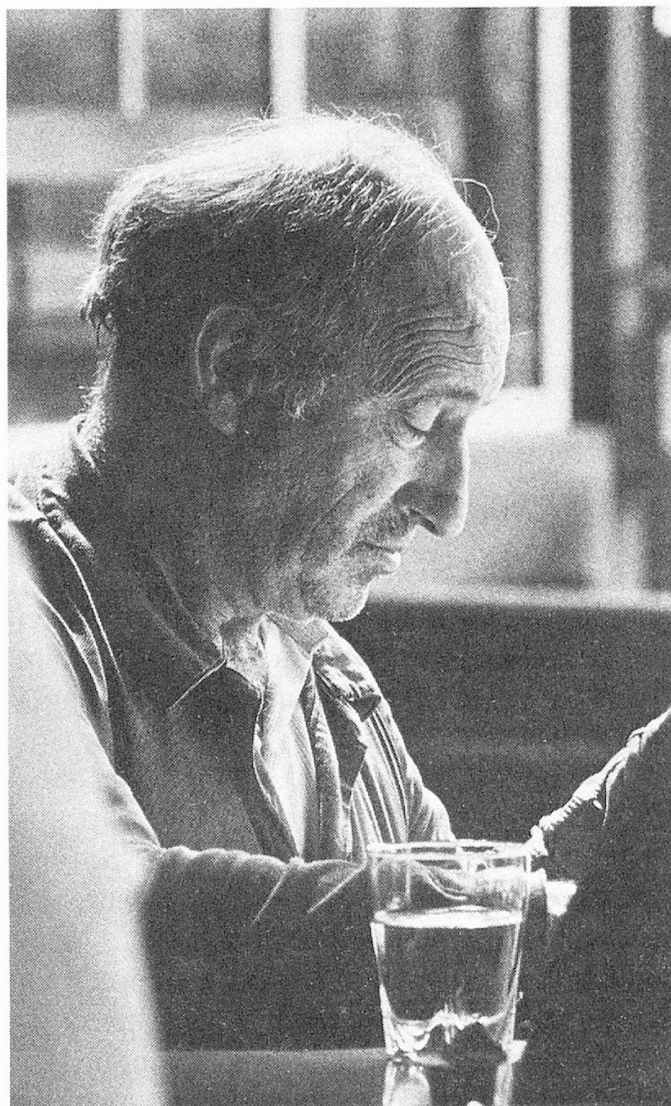
. . . es in der Schweiz rund 130 000 *Alkoholiker* gibt und dass etwa 350 000 *Angehörige* mitbetroffen sind?

. . . dass die Schweizer im Durchschnitt 1972 *10,8 Liter reinen Alkohol* getrunken haben und damit an siebter Stelle in Europa stehen (Frankreich mit 16,9 l an erster und die skandinavischen Länder mit 5 l an letzter Stelle)?

. . . dass der Aufwand für alkoholische Getränke von *Fr. 196.— pro Kopf* im Jahre 1960 auf *Fr. 525.— pro Kopf* im Jahre 1972 gestiegen ist?

. . . dass *ein Drittel der Selbstmörder Alkoholiker* waren? (Im Mittel der Jahre 1966 bis 1970 betrug die Anzahl aller Selbstmorde 1081.)

. . . dass von 21 940 *Führerausweisen* im Jahre 1975 volle 44 Prozent oder 9670 wegen *Angetrunkenheit* erfolgten? Diese Zahl stieg von 1968 bis heute um 32 Prozent!



*(Foto Felix Gyssler)*

### Wo erhalten Sie Hilfe?

*Schweiz. Verband von Fachleuten  
für Alkoholgefährdeten- und Suchtkranken-  
hilfe (VSFA)  
Heckenweg 40, 3007 Bern,  
Telefon 031 / 53 06 01*

*Zentralsekretariat des Blauen Kreuzes  
Postfach 2568, 3001 Bern,  
Telefon 031 / 24 11 42*

*Schweiz. A. A.-Kontaktstelle  
Postfach 32, 9428 Walzenhausen AR,  
Telefon 071 / 44 22 44*

*Schweiz. Zentralstelle gegen den Alko-  
holismus (SAS)  
Postfach 203, 1000 Lausanne 13,  
Telefon 021 / 27 73 47*