

## Wie fühlt sich Altwerden in Zukunft an?

# Ausblicke



„Wie wir aufs Altern blicken, verändert sich ständig. Für Kriegswitwen der 1920er-Jahrgänge etwa bedeutete Altwerden nach jahrelanger Pflege von Kindern und Alten, endlich auch mal diejenige zu sein, die versorgt wird. Eine körperliche Aktivierung, die ihnen auch im Alter Selbstständigkeit ermöglichen sollte, stieß eher auf Widerstand. Heute ist Sport auch für Erwachsene normal und die positive Wirkung bekannt. Viele Menschen übernehmen mehr und mehr Verantwortung für ihre Fitness.

**Prof. Dr.  
Tania Zieschang**

Geriatric

Das ist sehr gut, führt aber auch dazu, dass manch einer im Alter frustriert ist, wenn er trotzdem körperlich oder geistig abbaut. Diese Erfahrung machen ältere Menschen heute zunehmend unter anderen Voraussetzungen als frühere Generationen: Ihre Kinder sind berufstätig, wohnen unter Umständen nicht in der Nähe und können die Pflege nicht übernehmen. Ich bin mir sicher, dass aufgrund dieses Dilemmas und vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels schon bald verstärkt technische Unterstützungssysteme in den Wohnungen Einzug halten. Per Sprachbefehl online einkaufen – das ist technisch längst möglich, muss aber noch an die Bedürfnisse älterer Menschen angepasst werden. Wohnungen werden mit Sensoren ausgestattet sein, die erkennen, ob eine Person morgens aufgestanden oder gestürzt ist, um dann automatisch etwa Angehörige zu informieren.

Eine Herausforderung für die Geriatrie ist, gerade mit ihren präventiven Angeboten, auch bildungsfernere Gruppen zu erreichen. Andernfalls wird die Schere zwischen Menschen, die mit 80 noch topfit sind, und solchen, die sich mit 60 alt fühlen, immer größer.“