

Corona ist vernichtend – auch für unseren Blick auf das Alter

Ältere Menschen sind besonders durch das Coronavirus gefährdet. Doch nicht nur das Virus selbst, sondern auch die Schutzmaßnahmen treffen die ältere Generation. Neben möglichen Folgen wie Einsamkeit kann es sogar zu Altersdiskriminierung kommen.

Ein Gastbeitrag bei www.stern.de von Karin Haist und Susanne Kutz von der Körper-Stiftung

Um die Wirtschaft vor den Folgen der Coronakrise zu retten, empfiehlt der Vizegouverneur von Texas, Dan Patrick, eine ganz eigene Strategie: Man müsse wenigstens darüber diskutieren dürfen, ob nicht die älteren Bürger geopfert werden sollten. Der Politiker meinte das ganz wörtlich: Als Angehöriger der Corona-Risikogruppe der über 70-Jährigen erklärte er sich bereit, seinen eigenen Tod in Kauf zu nehmen, um die Rückkehr der Jüngeren zur Arbeit zu ermöglichen. Von seinen Altersgenossen erwartete er Entsprechendes.

Solche Töne hat man hierzulande in dieser Drastik noch nicht gehört und auch in den USA gab es einen lauten Aufschrei. Dennoch ist in Deutschland unüberhörbar, dass Corona den Diskurs über das Alter und die Älteren verändert – und nicht zum Guten.

Covid-19 trifft Ältere, ist aber keine Alterserkrankung

Natürlich gibt es gute Gründe, Ältere in besonderem Maße vor der Ansteckung mit dem neuen und so infektiösen Virus zu schützen. Laut Robert-Koch-Institut (RKI) zählen ältere Personen zu dem Kreis der Personengruppen, die ein erhöhtes Risiko für schwere Verläufe der Erkrankung haben – das Risiko steige dabei stetig schon ab einem Alter von etwa 50 bis 60 Jahren. 86 % der in Deutschland bis zum 3. April an Covid-19 Verstorbenen waren 70 Jahre alt oder älter – und als Durchschnittsalter der Corona-Toten in Deutschland weist das RKI zum gleichen Zeitpunkt 82 Jahre aus.

Dennoch: Das neue Corona-Virus ist keine Alterskrankheit. Gefährdet sind Menschen mit chronischen Erkrankungen aller Altersgruppen. Viele der riskanten Vorerkrankungen wie koronare Herzerkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes oder Krebs sind bei Älteren verbreitet. Aber auch bei ihnen zählt das biologische, nicht das kalendarische Alter – und damit sind gesundheitliche Prävention, Sport, gute Ernährung auch für Ältere gesundheitsfördernde Faktoren. Was wir bisher nach demografischen Gesichtspunkten über Erkrankte wissen: Covid-19 hat vor allem Menschen zwischen 35 und 59 Jahren getroffen, darunter Männer etwas häufiger als Frauen. Der Altersmedian liegt bei 49 Jahren, aber es gibt auch Kinder und Jugendliche, die angesteckt wurden.

Die Maßnahmen gegen das Virus verändern das Leben der Älteren

Nicht nur die Krankheit selbst, sondern auch die in Folge der Ausbreitung von Covid-19 vorgenommenen Maßnahmen treffen gerade viele Ältere hart. Sie müssen mit der Furcht vor eigener Ansteckung leben, sie leiden aber auch unter den Einschränkungen sozialer Begegnungen in besonderer Weise: Alltägliche Arbeitskontakte entfallen bei Menschen im Ruhestand, familiäre Besuche sind untersagt. Und wenn Menschen nur noch mit denen unterwegs sein dürfen, die zu ihrem Hausstand gehören, schlägt doppelt zu Buche, dass die Zahl der Einpersonenhaushalte in Deutschland bei allen Altersgruppen über 60 Jahren in den letzten Jahren zunehmen – von den über 75-Jährigen leben in Deutschland derzeit 3,5 Millionen Menschen allein.

In ihrem Ausmaß für die Betroffenen, aber auch Angehörige und Pflegende, kaum vorstellbar sind die Folgen von Isolation und sogar Einschluss der Bewohner von Pflegeheimen, insbesondere von Demenzzkranken. "Strikte Isolation ist gerade für Ältere Gift", sagt der Altersmediziner Johannes Pantel von der Universität Frankfurt, der zur Versorgung älterer Menschen in Alters- und Pflegeheimen forscht. Die Älteren bewegten sich weniger und die psychosoziale Situation verschlechterte sich bis zu depressiven Verläufen und Suizidgefahr. Eine absehbare zeitliche Begrenzung des aktuellen Ausnahmezustands sei auch deshalb für die Älteren geboten.

Die Corona-bedingte Isolation vieler alter Menschen ist auch so alarmierend, weil Einsamkeit – das Empfinden, dass die Qualität und Quantität der persönlichen sozialen Kontakte nicht den eigenen Erwartungen entspricht – sowieso eine besondere Gefährdung für Menschen im höheren Lebensalter darstellt. Menschen sind im Lebenslauf immer wieder einsam, aber ab 75 Jahren steigt die Einsamkeit stark und kontinuierlich an. Und sie macht krank: Sozial isolierte Ältere brauchen früher Pflege, leiden stärker an psychischen Erkrankungen und Demenz. Einsamkeit führt außerdem zu erhöhtem Blutdruck und steigert damit das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Wer also jetzt als älterer Mensch allein und isoliert in seiner Wohnung sitzt, muss nicht nur Corona fürchten.

Und sogar das Sterben verändert sich im Zeichen der Pandemie. Derzeit führt uns die Covid-19-Pandemie deutlich vor Augen, wie Menschen gerade nicht aus dem Leben gehen wollen: Viele bangen angesichts der drohenden Überlastung des Gesundheitssystems um eine gute palliative Versorgung und fürchten sich vor einem einsamen Tod.

Die Tücken der Sprache: Wie wir über Alter reden, bestimmt unser Altersbild

Um es zu betonen: Nichts ist falsch daran, dass Wissenschaft, Politik und Gesellschaft in der Corona-Pandemie ein besonderes Augenmerk auf die Gefährdung und den Schutz der Älteren legen. Aber unser Diskurs sollte dabei nicht einseitig auf ein Altersbild fokussieren, das ausschließlich die Metapher von der "Risikogruppe" referiert. Zu tückisch sind hier die Gefahren des Framing, wonach unsere Sprache auch unser Denken beeinflusst. Die Begriffe, mit denen wir "Alter" belegen, bestimmen unsere Wahrnehmung davon. Wenn Alter also wiederholt und öffentlich zum "Risiko" erklärt wird, die schutzbedürftigen Älteren gar einer "Herdenimmunität" der Bevölkerung entgegenstehen, dann assoziieren wir mit Alter nur noch Schwäche und Gefahr – und der Schritt bis zur Altersdiskriminierung ist nicht mehr weit. Eine Logik, die die "Jungen und Gesunden" gegen die "Alten und Kranken" setzt und die sich derzeit in manchen Kommentaren findet, löst Ressentiments zwischen den Generationen aus. Statt der zurzeit überzeugend gelebten Solidarität der Generationen könnte eine fortwährende Stigmatisierung der Älteren als Hindernis auf dem Weg zur Überwindung der Pandemie zu ihrer Ausgrenzung führen. Wir brauchen aber gerade jetzt eine solidarische Gesellschaft.

Hinzu kommt: Menschen sind nicht ab einem bestimmten Alter – und was wäre denn eine sinnvolle Grenze? 60? 70? 80? – schutzlos. Ältere Menschen wollen gehört werden, denn sie sind die besten Experten für die Bedarfe ihrer Altersgruppe. Auch kranke oder eingeschränkte Ältere möchten und können selbstbestimmt handeln. Jeder Versuch einer kollektiven Entmündigung ganzer Alterskohorten steht dem fundamental entgegen. Die bürgerlichen Freiheitsrechte gelten für jedes Alter und sind zu respektieren. Ängste vor der Pandemie lassen sich nicht durch drastische Maßnahmen gegen einzelne gesellschaftliche Gruppen kompensieren. Selbstbestimmung und Verantwortung für die Gemeinschaft müssen in allen Generationen Hand in Hand gehen.

Da setzen auch die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie an, die fordert: "Es muss eine Sprache gefunden werden, die Menschen aller Altersgruppen dazu anregt, sich selbstbestimmt zu einer gemeinsamen Krisenbewältigung zu entscheiden. Derzeit wird primär über ältere Menschen gesprochen. Ältere Menschen müssen aber selbst die Möglichkeit erhalten, in der öffentlichen Kommunikation ihre subjektive Sicht auf die aktuelle Situation zu kommunizieren. Ältere Menschen müssen eine Stimme erhalten, und sie müssen auch selbst als aktive, entscheidungs- und handlungsfähige Individuen angesprochen werden."

Die neue Erzählung vom Alter auch in der Krise weiterschreiben

Gewiss: Das Alter ist auch eine verletzliche Lebensphase, aber zu einem differenzierten und ganzheitlichen Altersbild gehört eben auch die Wahrnehmung des selbstbestimmten und reifen Alters, dem Erfahrung und Kompetenz innewohnt und das dem Motiv der Generativität entsprechend der Gesellschaft etwas zurückgeben und hinterlassen will.

Für dieses ausgewogene Altersbild, das Verletzlichkeit und Potenziale wahrnimmt und uns leitet, die Chancen einer Gesellschaft des langen Lebens aktiv zu gestalten, setzen wir uns seit vielen Jahren ein, Seite an Seite mit vielen Mitstreitern aus der Zivilgesellschaft, Politik oder Wissenschaft. Wir dürfen nicht zulassen, dass uns die Pandemie neben gesundheitlichem Notstand und wirtschaftlichem Schaden durch die Abwertung einer ganzen gesellschaftlichen Gruppe schwere soziale Zerrüttungen beschert.

Stattdessen müssen wir fortfahren, eine neue Erzählung vom Alter zu schreiben – denn die potenzialorientierte Sicht auf Alter ist kein Narrativ nur für Heile-Welt-Zeiten. Auch jetzt, mitten in der Krise, das sei am Rande festgestellt, sind viele der handelnden Akteure, die in der Öffentlichkeit Verantwortung wahrnehmen, "älter": Die Bundeskanzlerin zum Beispiel wird in diesem Jahr 66. Und auch in der Zivilgesellschaft handeln alle Generationen: Die Jüngeren bieten den Alten ihre Hilfe zum Einkaufen an, aber auch Angehörige der älteren Generation engagieren sich. Dagmar Hirche (63), Gründerin des Vereins Wege aus der Einsamkeit, vermittelt Menschen über 65 jetzt erst recht Zugänge zu Smartphone und Internet. Und Elke Schilling (75), bietet ihre Berliner Telefonhotline Silbernetz gegen die Einsamkeit älterer Menschen in der Corona-Krise bundesweit an.

https://www.stern.de/gesundheit/corona-ist-vernichtend---auch-fuer-unseren-blick-auf-das-alter-9217856.html&ct=ga&cd=CAEYACoUMTE5Nzk4NjA3MzEzMTg2NTIwOTQyGTE3MGYwZTBjMzAxZWVjOGY6ZGU6ZGU6REU&usg=AFQjCNHGvWBpFmHyuxk2IVd0D1uAMYmNGg?fbclid=IwAR3WIWc_TfAQ_wnAjcBhGC2xB0oYwqoVS9s3Ver7p-8RuBWs34Y_4JMKlko