

Themenblatt: topfit in den Ruhestand dank Prävention

Selbstbestimmt zuhause leben bis ins hohe Alter.

Physiopark
LIESCHKE OBERMÜLLER



Seite 1 von 1

Keine Angst vorm Alter

Beinahe die Hälfte aller Deutschen über 45 Jahre hat Angst, im Alter ein Pflegefall zu werden. Vier von fünf Befragten wollen aber trotzdem auch mit gesundheitlichen Problemen im Alter weiterhin selbstständig im eigenen Zuhause leben. Dies belegt die aktuelle Studie „Themenkompass Älterwerden in Deutschland“. Durchgeführt wurde die Studie vom Marktforschungsinstitut forsa im Auftrag des F.A.Z.-Instituts und der Deutschen Telekom AG.

Fast jeder dritte Deutsche wird im Jahr 2020 über 60 Jahre alt sein. Auch die Zahl der hilfe- und pflegebedürftigen älteren Menschen wird dementsprechend deutlich ansteigen. Präventionsangebote werden zunehmend wichtiger, denn ohne die entsprechende körperliche Verfassung wird der Wunsch nach Unabhängigkeit in den eigenen vier Wänden im Alter nicht zu erfüllen sein.

Ambient Assisted Living – Unterstützung im Alltag

Im August waren 1.000 in Privathaushalten lebende deutschsprachige Bürger über 45 Jahre zu ihren Erwartungen in Bezug auf das Alter sowie ein technikunterstütztes Leben mit Assistenzsystemen befragt worden.

Forscher und Unternehmen entwickeln unter dem Begriff „Ambient Assisted Living (AAL)“ innovative Produkte und Technologien, die Senioren im Alltag unterstützen sollen. Beispiele dafür sind: Haus- oder mobile Notrufsysteme, Sicherheitsmelder sowie Dienste zur Sturzüberwachung. Unter den Teilnehmern der Befragung fanden die Technologien breite Zustimmung.

Selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden – so lange, wie möglich

Oberstes Ziel moderner Assistenzsysteme und Technologien müsse sein, so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben zu können. Für 97 Prozent der Befragten steht diese Erkenntnis fest. Mit Hilfe solcher Technologien soll sichergestellt sein, dass in Notfällen, beispielsweise nach Stürzen oder anderen gesundheitlichen Problemen, schnell und gezielt Hilfe geholt werden kann. Dies ist für 94 Prozent der Befragten wichtig. Immerhin 87 Prozent hoffen, dass sich mit Hilfe solcher Assistenzsysteme die Kosten im Gesundheitswesen senken lassen. So könnten beispielsweise das unnötige Aufsuchen des Arztes oder Krankenhausaufenthalte vermieden werden.

In Bezug auf unser medizinisches Fachgebiet bedeutet das nicht nur, Senioren eine zunehmende therapeutische Versorgung zu bieten. Vielmehr sind wir bereits heute sehr stark auf dem Gebiet der Prävention aktiv.

Für Sie als Patient gilt: wer im Alter kein Pflegefall werden möchte, der kann bereits im Vorfeld selbst viel dazu beitragen, fit und aktiv zu bleiben. Zu diesem Ziel begleiten wir Sie. Zu den Möglichkeiten in Bezug auf die Prävention beraten wir sie gern!

