

Netzwerk für ein lebenswertes Alter

Ein paar flotte Damen in den Siebzigern düsen dynamisch im Cabrio durch die Landschaft und gönnen sich anschließend „Junges Gemüse“ aus der Mikrowelle, frei nach dem Motto „. . . so isst man heute!“. Die Fernsehwerbung will es so. Als ob sich so die Alltagswelt von alten Menschen abspielen würde.

Das Alter ist ein Tabu-Thema, denn es passt nicht so recht in unsere Spaßorientierte Welt. Aber: Älter werden wir alle. Älter werden geht uns alle an, wobei dieser Prozess nicht zwangsläufig bedeutet, krank zu sein.

Um ein erfülltes und selbstständiges Seniorenleben auch bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen zu können, brauchen betagte Menschen mehr als Tabletten. Ein Netzwerk aus den eng zusammenarbeitenden Fachkliniken Geriatrie (Lehre von der Altersmedizin), Neurologie und Psychiatrie bildet das Zentrum für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg. Diese Einrichtung besteht offiziell seit Mitte Juli 2003 und ist vorläufig im Haus 33 des Nordklinikums untergebracht. Damit wurde der erste Grundstein gelegt. Zur Zeit befinden sich dort eine Patienten-Aufnahme, die Gedächtnis-Sprechstunde sowie Besprechungsräume für die behandelnden Ärzte. Prof. Dr. Cornel Sieber, Leiter der Geriatrie, erklärt das Besondere an der Einrichtung, die in Bayern bislang einmalig ist: „Der ältere Patient leidet häufig unter sechs bis sieben unterschiedlichen Erkrankungen wie Bluthochdruck, Hirn- oder Herzinfarkten, Diabetes oder Demenz. Daraus entstehen häufig andere Erkrankungen mit weitreichenden Folgen. Damit der Betroffene nicht länger von einem Spezialisten zum anderen laufen muss, versammeln sich die Fachärzte



Das Zentrum für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg

Text Sabine Schendera | Fotos Claus Felix

Von Krankenhausatmosphäre ist hier nichts zu spüren: Im Wintergarten der geriatrischen Tagesklinik genießen drei Seniorinnen mit einer Pflegekraft ihren Aufenthalt.





In der Gedächtnis-Sprechstunde geht es mit einer vergrößerten Sonderanfertigung von „Mensch-ärgere-dich-nicht“ spielerisch zu.

um den Patienten.“ Das geschieht im Zentrum für Altersmedizin. Dort werden die Patienten individuell, das heißt „rundum“ betreut und behandelt. Laut Prof. Sieber gibt es „eben nicht nur Medikamente, sondern der Patient erhält im Nürnberger Zentrum für Altersmedizin ein breites Spektrum an Leistungen“.

Die Einrichtung nimmt, dank einer großzügigen Förderung durch die Schöller-Familien-Stiftung, Gestalt an. Dr. h.c. Theo Schöller und seine Gattin Friedl Schöller spenden dem Zentrum seit seiner Eröffnung Millionenbeträge. So fließt im Jahr 2003 eine Million Euro in die Arbeit des neuen Zentrums, in den folgenden drei Jahren werden es jährlich 500 000 Euro sein. Erklärtes Ziel der Schöller-Familien-Stiftung ist es, eine Medizin für betagte Menschen zu fördern, die ein Leben trotz Erkrankungen lebenswert macht.

Nach der Vorstellung Prof. Siebers soll vor allem in die Anschaffung moderner Diagnose-Geräte inves-

tiert werden: Dazu gehören etwa jene zur Überwachung von Herz und Kreislauf, die direkt am Körper getragen werden. Oder mobile Ultraschallgeräte, die Aufschluss geben über die Funktion der inneren Organe. „Dies sind nur zwei Beispiele von zahlreichen geplanten Maßnahmen“, so Sieber. Für die Patienten bedeuten diese Errungenschaften mehr Flexibilität, da sie für die Untersuchungen nicht mehr umständlich im Klinikum hin und her transportiert werden müssen. Die einzelnen Untersuchungen kommen zum Patienten und nicht umgekehrt. Nach der Ursachenforschung sollen dann Geräte und Hilfsmittel für das eigenständige Leben zu Hause entwickelt werden. Den Umgang damit erproben die Patienten unter Anleitung des Klinikpersonals. Dass dies keine leere Zukunftsmusik ist, beweist die bereits laufende Arbeit in der geriatrischen Tagesklinik.

Eine Sprechstunde für das Gedächtnis

Täglich kommen circa 40 Patienten im Alter zwischen 75 und 80 Jahren in die Nürnberger Einrichtung am Nordklinikum, je nach Problemstellung für einige Tage bis zu mehreren Wochen lang. Nach der Diagnose beginnt die intensive Aufbauarbeit. Laut Prof. Sieber „kommen schwerpunktmäßig viele Patienten, bei denen das Gedächtnis nachlässt“, die aber ansonsten ihr Alltagsleben sehr gut alleine meistern. Manche leben allein, andere haben ihren Partner noch an der Seite. Sie alle lernen in der Tagesklinik, wie sie mit ihren Gedächtnislücken zurecht kommen können. Dabei werden so alltägliche Dinge wie Kochen, Waschen und Duschen neu erlernt. Parallel behandeln Ärzte, Pfleger und Therapeuten die Ausfallserscheinungen: Die Patienten erhalten nicht nur Medikamente, sondern auch Sprachheilbehandlung, Krankengymnastik und allgemeines Kreislauf- und Bewegungstraining. Wie beispielsweise ein älterer Herr, der in der Tagesklinik auf dem Ergometer, einem fest installierten Fahrrad, trainiert. „Mir gefällt die Behandlung hier sehr gut“ sagt er. „Ich mache meine Einheiten unter ärztlicher Aufsicht, da bin ich ganz beruhigt, wenn der Arzt immer mal wieder bei mir vorbeischaut.“

Im Haus ist auch die so genannte Gedächtnis-Sprechstunde untergebracht. Hier finden Menschen Hilfe, deren Erinnerungsvermögen nachlässt und bei denen sich Gedächtnislücken auftun – häufig ein schleichender Prozess, der behutsam erforscht werden muss. Dr. Hartmut Lehfeld ist Diplom-Psychologe und Leiter der Gedächtnis-Sprechstunde. Nach seinen Worten „ist es wichtig, eine mögliche Demenz im frühen Stadium zu erkennen“.



Ergotherapeut Klaus Becher erläutert einem älteren Herrn das Herz-Kreislauftraining auf einem Ergometer.

Wie sich eine zu Krämpfen neigende Handmuskulatur wieder entspannen und trainieren lässt, übt eine Therapeutin anhand eines großstückigen Puzzles mit einer Patientin.

Dazu werden unter anderem psychologische Tests durchgeführt. Auf einer Magnettafel müssen die betroffenen Patienten beispielsweise Zahlen ihrer Größe nach ordnen. Oder sie erstellen am Computer logisch aufgebaute Bilderfolgen. Nach der Auswertung aller Untersuchungen legen die Ärzte ein auf den Patienten zugeschnittenes Behandlungsschema fest. Da helfen zum einen Medikamente, die den Krankheitsverlauf verlangsamen oder gar stoppen können. Zum anderen lernt der Patient durch gezielte Übungen, seine geistige und körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten. „Das sichert den Betroffenen eine verbesserte Lebensqualität über eine möglichst lange Zeit“, wie Dr. Lehfeld betont. Übrigens: Demenz betrifft nicht nur ältere Menschen. Durchblutungsstörungen im Gehirn und Schlaganfälle führen auch bei Menschen „in den besten Jahren“ zu Ausfallserscheinungen.



Lebensfreude fördern

Bei einem Besuch in der geriatrischen Tagesklinik äußern sich die älteren Menschen sehr positiv über ihre Behandlung, das freundliche Personal, die warme und gemütliche Atmosphäre in den Räumen. Die moderne Ausstattung mit medizinischen Geräten und die Therapie-Einrichtungen vermitteln ihnen ein Gefühl der Sicherheit. Auch die mittägliche Verköstigung findet großen Anklang, so wie an diesem Tag ein frischer Obstsalat. Der wird über die Maßen gewürdigt, zumal die Patienten an der Herstellung beteiligt waren. Gemeinsam mit den The-

rapeuten werkten sie in der hauseigenen Küche, um so kleine Handgriffe für den Küchenalltag zu trainieren. Einige der Tagesgäste betonten jedoch energisch, dass man schließlich auch zu Hause noch regelmäßig am Herd stehe. Da gibt's dann, bitte schön, einen anständigen Schweinebraten mit Kloß. „Den bestellt mein Mann immer“, verrät schmunzelnd eine der Seniorinnen.

Genau diese Lebensfreude im Alltag ist es, die das Zentrum für Altersmedizin fördern will. Wie das optimal gelingen kann, erläutert Prof. Cornel Sieber an einem Fallbeispiel: Ein Patient wird seit 15 Jahren von seinem Allgemeinarzt betreut. Mit zunehmendem Alter des Patienten häufen sich Probleme, die eigentlich nicht und wiederum doch miteinander verknüpft scheinen. Daraufhin schickt der Hausarzt den Betroffenen ins Zentrum für Altersmedizin zur



Eine Krankenschwester beobachtet diese 90-jährige Dame beim Bewegungstraining, mit dem sie sich nach einer Knieverletzung wieder fit für das Leben zu Hause macht.

konkreten Abklärung. Dafür reicht meist ein kurzer stationärer Aufenthalt. Danach wird der Patient wieder in die Obhut seines Hausarztes entlassen. In der Tasche hat er zahlreiche Vorschläge, die sein Alltagsleben verbessern sollen: Zum einen sind es Medikamente, zum anderen wieder erlernte Verhaltensmuster, die zur Selbstständigkeit beitragen. Man schaut etwa, wo Gefahren wie lose Teppiche, steile Treppen oder Stufen lauern, um Stürze zu vermeiden, die bei älteren Menschen leider häufig vorkommen und zu gefährlichen Brüchen führen. Gemeinsam mit Angehörigen kann eine Versorgung durch „Essen auf Rädern“ oder die begleitende Betreuung durch ambulante Dienste geklärt werden. Das ist für Prof. Sieber Dreh- und Angelpunkt aller Bemühungen: „Ausgestattet mit diesem Rundum-Paket sollte der Patient dann sein Leben, so weit er das schafft, alleine im Griff behalten. Denn genau diese Selbstständigkeit ist es, die ein Leben im hohen Alter lebenswert macht.“ Geriatrie müsse deshalb auch „draußen“ stattfinden. Das bedinge die enge Zusammenarbeit von Hausärzten, Altenheimen, karitativen Einrichtungen und dem Zentrum für Altersmedizin. Nur so sei die kompakte Betreuung betagter Menschen zu gewährleisten.

Noch ist die Zusammenlegung von Geriatrie, Neurologie und Psychiatrie räumlich nicht zufriedenstellend. Alle drei Fachrichtungen sind im Haus 33 am Klinikum Nord in beengten Verhältnissen untergebracht. „Die Platznot soll aber in wenigen Jahren behoben sein“, wie Prof. Sieber bestätigt. So ist mit Mitteln aus der Schöller-Familien-Stiftung und des Freistaates Bayern der so genannte Neubau-Ost geplant. In diesem Gebäudekomplex wird dann das Zentrum für Altersmedizin seine endgültige Heimat finden. Nach seinem Spender benannt, wird es Dr. Theo Schöller-Haus heißen und voraussichtlich 2005/06 fertig gestellt sein.

Vorreiterrolle für Deutschland

„Wer kann sich schon so glücklich schätzen, eine derartige Spende einsetzen zu dürfen“, freut sich Prof. Sieber. Das hätte sich der aus der Schweiz stammende Mediziner nach einem Jahr „Amtszeit“ in Nürnberg nicht träumen lassen. Und fügt an, dass das Nürnberger Zentrum für Altersmedizin in Deutschland sicher eine Vorreiterrolle übernimmt, die Schule machen sollte. Leise und bescheiden hegt der Professor noch einen Langzeittraum: „Es ist ein Riesen-Wunsch von mir, dass sich irgendwann auch noch eine Ambulanz etablieren ließe.“ Der Wunsch bleibt zunächst ein Wunsch, denn es hapert am Geld: Patienten, die im Zentrum für Altersmedizin



betreut werden, werden zunächst stationär aufgenommen. Die Krankenkassen tragen dann die Kosten für Untersuchung und Behandlung. Auch wenn diese ambulant weitergeführt wird. „Vielen Patienten wäre aber auch schon geholfen, wenn sie einfach in die Sprechstunde zu uns kommen könnten“, so Prof. Sieber, „aber eine rein ambulante Betreuung wie etwa beim Hausarzt wird derzeit noch nicht als Kassenleistung anerkannt.“

In den kommenden Jahren möchte Prof. Sieber die Fachrichtung Geriatrie in der Öffentlichkeit bekannter machen. Dazu soll auch das so genannte „Dr. Theo Schöller-Symposium“ beitragen, das im Sommer 2003 zum ersten Mal in Nürnberg stattgefunden hat. Fachärzte aus den Bereichen Geriatrie, Neurologie und Psychiatrie stellten die Arbeit am Zentrum für Altersmedizin vor. Die öffentliche Diskussion stand unter dem Motto „Alter ist keine Krankheit“. Prominente Nürnberger Senioren erzählten, wie sie ihr Alltagsleben meistern. Die Veranstaltung soll künftig jährlich stattfinden, um die breite Öffentlichkeit über Resultate aus der geriatrischen Arbeit zu informieren. Darüber hinaus soll dann auch ein Preis für die beste wissenschaftliche Arbeit zum Thema Altersmedizin ausgelobt werden.

Für Prof. Sieber ein weiterer Lichtblick in dem noch wenig ausgereiften Fachgebiet. „Das liegt teilweise auch an der bisherigen medizinischen Ausbildung.

Bundesweit gibt es derzeit nur zwei Lehrstühle für diese Disziplin, das sind mir entschieden zu wenige.“ Hier müsse aufgestockt werden und künftige Medizin-Studenten sollten Pflicht-Semester in der Lehre der Altersmedizin absolvieren. Das sei unbedingt erforderlich in einer Gesellschaft, in der die Menschen immer älter werden, die aber zum Leben mehr benötigen als nur einen Cocktail von Medikamenten.

Selbstständig im Alter

Das beweist eine von Prof. Siebers Patientinnen: Die Dame ist 90 Jahre alt, sehr gepflegt, und versorgt sich zu Hause noch ganz alleine. Aber bei einem Sturz aus dem Sessel hatte sie sich das Knie verletzt und wird nun im Klinikum stationär wieder gesund gepflegt. „Ich habe zwar Schmerzen, aber so nett, wie ich hier versorgt werde, kann ich das manchmal glatt vergessen“, sagt sie dankbar. „Man ist nicht nur eine Nummer oder irgendein alter Patient. Nein, die tun hier alles für mich! Und ich weiß, dass ich zu Hause wieder klar kommen werde.“ Sagt's und strahlt den Professor an. Und der kommentiert lächelnd: „Das ist kaum zu glauben. Aber wenn das Knie wieder gesund ist, kann sie heim in die eigenen vier Wände und geht selbstständig ihrem Alltagsgeschehen nach.“

Hat immer ein offenes Ohr für seine Patienten:

Prof. Dr. Cornel Sieber, der Leiter der Geriatrischen Tagesklinik im Zentrum für Altersmedizin.