

Altern & Gebrechlichkeit

Die Europäische Kommission identifizierte das Altern der Bevölkerung als eines der herausforderndsten politischen Probleme des 21. Jahrhunderts. Aufgrund von besseren Lebensstandards, besserer Gesundheitsversorgung, medizinischem Fortschritt und erhöhter Achtsamkeit bezüglich der Gesundheit stieg die Lebenserwartung bei der Geburt rasant während des letzten Jahrhunderts an wobei sich dieser Trend erwartungsgemäß fortsetzen wird.

In der EU-27, die Lebenserwartung beträgt momentan 82.4 Jahre für Frauen und 76.4 für Männer mit signifikanten Unterschieden zwischen den EU Mitgliedsstaaten: Für Frauen, die niedrigste Lebenserwartung ist registriert in Bulgarien und Rumänien (77.4 Jahre) und die höchste in Frankreich (85 Jahre); für Männer reicht sie von 67.5 Jahren in Lithuania bis zu 79.4 Jahre in Schweden (2009). Bis 2050 wird die Anzahl der Personen in der EU mit über 65 Jahren um 70 % wachsen und die Anzahl der Personen über 80 Jahren um 170 %. Diese Entwicklung stellt Hürden auf wie eine erhöhte Nachfrage an Gesundheitsversorgung, Bedürfnisse einer alternden Bevölkerung sowie die Erhaltung der

Wirtschaftskraft (ec.europa.eu/health-eu, 2012). Der Anteil der Bevölkerung mit 80 oder mehr Lebensjahren, 5.3 % der Gesamtbevölkerung (Eurostat, 2013), wächst am schnellsten.

Es existieren mehrere theoretische Modelle über das Altern. Alle stimmen der Behauptung zu, dass Altern eine Herausforderung für jedes Lebewesen darstellt. Bei Menschen ist die physiologische Entwicklung charakterisiert durch Zellteilung und Stoffwechsel, der sich bis etwa zum 25. Lebensjahr konstant steigert. Über dieses Alter hinaus bilden sich Zelldegenerationen, die zu progressiven Organ- und Systemschäden führen und letztendlich in dem typischen, von Alter geprägtem, Phänotypen enden, der von einer höheren Erkrankungs- sowie Sterberate geprägt ist.

Laut Bevölkerungsvorhersagen wird die Abhängigkeitsrate in Spanien von 25% in 2010 bis zu 57% in 2050, durch eine geschätzte Immigration von 11.6 Millionen Menschen sowie 18.5 Millionen Geburten in dieser Periode, ansteigen, sodass Spanien eine der höchsten europäischen Abhängigkeitsraten mit Deutschland (58%), Griechenland (57%) und Italien (56%) (Muszyńska & Rau, 2012) aufzeigen wird.

Gebrechlichkeit und funktioneller Verfall

Gebrechlichkeit ist ein fortschreitender Prozess von steigender Verwundbarkeit als Vorreiter des funktionellen Verfalls, der schließlich zum Tode führt. Er besteht aus dem Verlust einer funktionellen Homeostase, die als das Potential für Krankheitsabwehr ohne den Verlust von Funktionen definiert ist. Die Effekte des Alterns wie der Mangel an Körperbewegung, ausgewogener Ernährung sowie inadäquate Abwehr gegen Stressfaktoren kreieren einen bösartigen Teufelskreis der zu einer chronischer Unterernährung, dem Verlust an Knochen- und Muskelmasse führt.

Gebrechlichkeit ist definiert als ein klinischer Zustand, der mindestens drei von fünf möglichen Kriterien der körperlichen Zusammensetzung erfüllt; diese Kriterien beziehen sich auf schwache Muskelkraft, reduzierte Ganggeschwindigkeit, unbeabsichtigter Gewichtsverlust, Mangelernährung oder Komorbidität, Erschöpfung sowie niedrige körperliche Aktivität. Einige

Autoren fügten Stürze, Delirium und Inkontinenz hinzu. Des Weiteren tritt Depression gehäuft bei älteren Personen auf, welche von einer spezifischen geriatrischen Depressionsskala bestimmt wird, und die sowohl eine Konsequenz der Gebrechlichkeit, sowie ein Grund zur Verschlechterung sein kann.

Eine Skala der klinischen Gebrechlichkeit, von 1 bis 7 reichend, wurde anhand der Abhängigkeit von anderen bestimmt. Die Phase vor der eigentlichen Gebrechlichkeit, in der ein oder zwei der Kriterien present sind, warnt vor dem Risiko weiteren Verfalls zur Gebrechlichkeit. Alternativ wurde ein Risiko-Index (FI) etabliert, der von den sich ansammelnden Defiziten wie Behinderungen, Erkrankungen, körperliche sowie kognitive Störungen, psychosoziale Risikofaktoren und geriatrischen Syndromen (z.B. Stürze, Delirium und Inkontinenz) beschlossen wird. Gebrechlichkeit kann daher als Ergebnis einer Kombination von körperlichen, kognitiven, psychologischen und sozialen Schwächen gesehen werden.

Source URL: <http://www.activeageing.unito.it/de/altern-gebrechlichkeit>