



## **Seniorenbeirat Hohenlockstedt**

### **Sucht im Alter- wie erkennen, wie behandeln?**

Suchterkrankungen älterer Menschen nehmen zu. Die aktive Auseinandersetzung mit diesem Thema ist aber nach wie vor die Ausnahme.

Ein wichtiger Grund dafür ist, dass die Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit sich oft im Verborgenen abspielt. Das ist ein wesentlicher Grund, warum Freunde und Angehörige diese Problematik oft „übersehen“ oder bagatellisieren.

Gerade bei Medikamenten ist eine Abgrenzung von Gebrauch, Missbrauch und Abhängigkeit sowohl für Patienten als auch für Ärzte u. U. sehr schwierig.

Hinzu kommt ein geringer Informationsgrad über langfristige Folgeerscheinungen, die häufig z. B. erst durch

Dosissteigerung ohne ärztliche Absprache,  
Änderung der Einnahmezeiten im Tagesablauf oder  
Verordnung durch mehrere Ärzte

deutlich erkennbar werden.

Im Rahmen einer Informationsveranstaltung für Seniorenbeiräte hat die AHG Klinik, Lübeck zu diesem Thema ausführlich informiert.

Eine Kurzfassung sowie einen Infolyer der AHG Klinik haben wir diesem Schreiben zum weiteren Gebrauch bzw. unverbindlichen Kontaktaufnahme beigelegt.

## Suchtmittelkonsum im Alter

Die Zahl älterer Menschen mit problematischem und missbräuchlichem Konsum oder einer Abhängigkeit von Alkohol- und Medikamenten wird immer größer, spezielle Behandlungsangebote gibt es kaum. Gerade bei älteren Menschen bleibt die Sucht häufig im Verborgenen, vor allem wenn eine Medikamentenabhängigkeit vorliegt, die nach außen hin meist nicht auffällt.

### Beratung ist der erste und schwierigste Schritt

- „Liegt bei mir überhaupt eine Suchtproblematik vor?“ und „Wie kann ich mein Suchtproblem am Besten angehen“ sind die zwei Fragen die immer am Anfang stehen.
- In der Suchtberatung können Betroffene und Angehörige schnell und unkompliziert einen ersten Kontakt aufnehmen um diese Fragen zu klären und die Gelegenheit zu nutzen sich unverbindlich über Behandlungsmöglichkeiten speziell für ältere Menschen zu informieren.
- Für ältere Menschen ist dieser Schritt in die Beratung oft besonders schwer, weil das Thema Sucht sehr schambesetzt ist, da die Betroffenen das Problem nicht als Erkrankung, sondern als persönliches Versagen ansehen.

### „Älter werden ohne Sucht“ – Ein spezifisches Behandlungsangebot

Alterstypische psychische Probleme können zum Auslöser für erhöhten Alkohol- oder Medikamentenkonsum werden und zur Entwicklung einer Abhängigkeit führen. Eine erfolgreiche Therapie sollte in einer Gruppe erfolgen, die auf die große Lebenserfahrung der Teilnehmer zurückgreift und auf ihre alterstypischen Probleme zugeschnitten ist.

In der Phase des altersbedingten beruflichen und familiären Umbruchs gibt es gravierende Veränderungen und viele neue Herausforderungen. Es ist deshalb sehr wichtig, dass die Behandlung speziell auf diese Problemlagen eingehen kann. Neben der Suchtproblematik stehen die nachfolgend genannten Themen häufig im Fokus des Behandlungsangebots für ältere Menschen stehen.

- Ausscheiden aus dem Erwerbsleben
- Familiäre Veränderungen
- Erfahrungen von Verlust und Tod
- Einsamkeit und Isolation
- Veränderung der körperlichen Belastbarkeit
- Altersbedingte Erkrankungen sind wichtige Themen

Die Einzel- und Gruppentherapie muss auf die spezifischen Probleme und Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sein. Positive Lebenserfahrungen und vorhandene Stärken der Patienten sind ein wichtiger Ausgangspunkt für Veränderungen. Neben der Suchterkrankung spielen

- die Reaktivierung von Interessen, Erkundung neuer Interessensgebiete
- der Erhalt und Entwicklung der Freude an Bewegung und am sportlichen Miteinander
- die Erfahrung der eigenen Kreativität und ihrer Entwicklungsmöglichkeiten

dabei eine wichtige Rolle.

AHG Klinik Lübeck  
Weidenweg 9-15  
23562 Lübeck  
0451 5894-0  
[luebeck@ahg.de](mailto:luebeck@ahg.de)  
[www.ahg.de/luebeck](http://www.ahg.de/luebeck)

### **Beratung**

Offene Sprechzeiten (ohne Voranmeldung)  
Mo. + Do. 9.00 bis 10.00 Uhr  
Di. + Mi. 15.00 bis 16.00 Uhr  
und nach telefonischer Terminvereinbarung  
Tel. 0451 / 5894- 307, -305, -233  
[pheller@ahg.de](mailto:pheller@ahg.de)

### **Auskunft und Anmeldung**

Sabine Neuwald  
Tel. 0451 / 5894-231  
[sneuwald@ahg.de](mailto:sneuwald@ahg.de)

Chefarzt  
Dr. med. Markus Weber  
Telefon 0451 / 5894-302  
[markusweber@ahg.de](mailto:markusweber@ahg.de)



## Älter werden ohne Sucht

### Behandlungsbausteine

In unserer Klinik stehen Ihnen im Spezialangebot für ältere Menschen folgende Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung:

- Psychotherapie – einzeln und in der Gruppe
- Kunsttherapie
- EDV-Training
- Alltags- und Gedächtnistraining
- Ernährungsberatung
- Hirnleistungstraining
- Angehörigengespräche und -seminare
- Bewegungstherapie

Außerdem können weitere Therapieangebote der AHG Klinik Lübeck genutzt werden. Dies sind unter anderem:

Soziales Kompetenztraining, Physiotherapie, Rückfallprävention, Entspannungstraining, Nichtrauchertraining, Freies Werken, Achtsamkeit, Rückenschule, Schwimmen.

### » Ausstattung

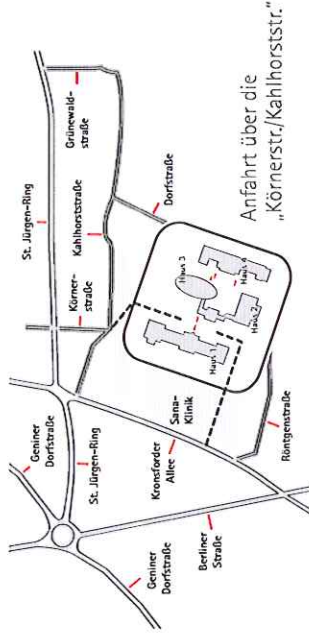
Die AHG Klinik Lübeck befindet sich im Lübecker Stadtzentrum. Es gibt viele Einkaufsmöglichkeiten im direkten Umfeld und es besteht eine gute Anbindung an das öffentliche Verkehrssystem. Die Patienten wohnen in Doppelzimmern. In Einzelzimmern stehen auch Einzelzimmer sowie behindertenfreundliche Zimmer zur Verfügung. Alle Zimmer sind mit Dusche, Waschbecken und WC ausgestattet.



## Wie Sie uns erreichen

### Lage und Anfahrt

AHG Klinik Lübeck · Weidenweg 9-15 · 23562 Lübeck



- via Bus: Linie 2 und 16, Haltestelle „Krankenhaus Süd“

### » Ansprechpartner/Innen

#### Auskunft und Kontakt

Frau Sabine Neuwald  
fon +49 451.58 94-231 · sneuwald@ahg.de



#### Bezugstherapeutin

Frau Glurfke  
fon +49 451.58 94-241 · hglurfke@ahg.de



#### Leitender Psychologe

Herr Dipl.-Psych. Horst Teigeler  
fon +49 451.58 94-303 · hteigeler@ahg.de



#### Chefarzt

Herr Dr. Markus Weber  
fon +49 451.58 94-302 · markusweber@ahg.de



Älter werden ohne Sucht  
Unser Behandlungskonzept...

Wirkungsvolle Hilfe  
auf dem Weg zur Unabhängigkeit



## Abhängigkeitserkrankungen im Alter

*Bio – psycho – soziale Faktoren*

In einer Phase des altersbedingten beruflichen und familiären Umbruchs ist die psychische Belastung oft hoch. Körperliche Erkrankungen werden häufiger, das soziale Umfeld verändert sich und der Verlust von Angehörigen schmerzt.

Ein langjähriger hoher Alkoholkonsum kann sich in der Folge dieser Belastungen verstärken und behandlungsbedürftig werden. Psychische Probleme können zum Auslöser für erhöhten Alkohol- oder Medikamentenkonsum werden und zur Entwicklung einer Abhängigkeit führen

## Unser Behandlungskonzept

*Ein spezifisches Angebot für ältere Menschen*

Die AHG Klinik Lübeck bietet mit dem Konzept „Älter werden ohne Sucht“ gezielte Hilfen für ältere Menschen mit Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit an.

Das therapeutische Angebot der Klinik umfasst das gesamte Behandlungsspektrum vom ersten Beratungskontakt über Entzug und Entwöhnung bis zur Nachsorge und Adaption. Jeder Ratsuchende und Betroffene erhält individuelle und auf seine Problematik zugeschnittene Unterstützung.

## Die Behandlungsbausteine

*Wirkungsvolle Hilfe auf dem Weg in den Alltag*

### » Psychotherapie

Die Einzel- und Gruppenpsychotherapie ist auf die spezifischen Probleme und Bedürfnisse älterer alkohol- oder medikamentenabhängiger Menschen abgestimmt. Themen sind das Ausscheiden aus dem Erwerbsleben, familiäre Veränderungen, Erfahrungen von Verlust, die Veränderung der körperlichen Belastbarkeit und altersbedingte Erkrankungen.

In den Therapien sind positive Lebenserfahrungen und vorhandene Stärken der Patienten Ausgangspunkt für Veränderungen.

### » Alltags- und Gedächtnistraining

Altersbedingte Einschränkungen im Alltag werden benannt und Lösungsmöglichkeiten angeboten und erarbeitet. Themen sind u.a. der Aufbau einer Tagesstruktur, Möglichkeiten der Freizeitgestaltung und Metastrategien zur Verbesserung des Behaltens.

### » Kunsttherapie

Die positive Erfahrung der eigenen Kreativität und Entwicklungsmöglichkeit steht im Mittelpunkt der Kunsttherapie mit älteren Menschen.

### » Hirnleistungstraining

Im Hirnleistungstraining werden kognitive Funktionen wie Konzentration, Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit gezielt übt.

### » EDV-Training

Das EDV-Training bietet für ältere Menschen die Möglichkeit Computerkenntnisse zu erwerben oder vorhandene Kenntnisse weiter zu entwickeln. Die Nutzung des Internets und neuer Kommunikationsformen (E-Mail) werden vermittelt.

### » Bewegungstherapie

Im Fokus steht der Erhalt und die Entwicklung der Freude an Bewegung und am sportlichen Miteinander. Leichtes Ausdauertraining, Entspannungsübungen und Bewegungsspiele fördern das Wohlbefinden.

### » Ernährungsberatung

Gesunde Ernährung ist in jedem Alter von Bedeutung. Worauf vor allem ältere Patienten beim Essen achten sollten, wird in der Ernährungsberatung vermittelt.

