




18. FACHTAGUNG PALLIATIVE GERIATRIE BERLIN AM 6. OKTOBER 2023



„Lustvoll leben auch mit 80Plus!“

Was Lebensqualität
alter Menschen ausmacht

Schirmherr: Kai Wegner, Regierender Bürgermeister von Berlin

**Freitag
06.10.23
9-19 Uhr**

INFOS & ANMELDUNG:

🌐 palliative-geriatrie.de/fachtagung
 ☎️ +49 30 422 65 838

Tagungsgebühr:
 124 € / 104 € / 74 € (online)







**Grußwort der Ehrenvorsitzenden der Fachgesellschaft Palliative Geriatrie (FGPG),
 Frau Hon. Prof. Dr. med. Dr. phil. Marina Kojer, anlässlich der 19. Fachtagung Palliative
 Geriatrie Berlin.**

In den letzten Jahren habe ich in meinem Grußwort nicht ausschließlich als Fachfrau Stellung genommen; ich sprach auch über meine eigenen Erfahrungen als alter Mensch. Da es um die Lebensqualität von Menschen in meinem Alter geht, möchte ich das auch heute tun, obwohl ich bis jetzt noch kein Fall für die Palliative Geriatrie bin. Aber Leistungseinbußen und Verlusterlebnisse, die das Alter mit sich bringt, betreffen natürlich auch mich, ebenso wie die Art und Weise, in der die Umwelt auf altersbedingte Einschränkungen reagiert. Die hilfs- und pflegebedürftigen Menschen, die Sie behandeln, pflegen und betreuen leiden freilich weit mehr als ich unter den oft fragwürdigen Reaktionen ihrer Mitmenschen und können sich viel schlechter dagegen wehren – aber im Prinzip geht es um die gleichen Dinge.

Wie alle alten Menschen spüre auch ich, dass meine Leistungen immer mehr nachlassen, dass ich z.B. langsamer, vergesslicher und unbeholfener werde. Wie bei allen alten Menschen wirkt sich das auch bei mir negativ auf das Selbstbewusstsein aus. Ich traue mir weniger zu, bin leichter zu verunsichern und – vor allem – viel leichter zu verletzen.

Auch mit 80+ gibt es aber Vieles, was das Leben schön und lebenswert macht, z.B. die Freude an der Natur, an einem guten Essen und vielleicht auch an einem Glas Wein. Das Zusammensein mit lieben Menschen und – je nach Neigung – schöne Musik oder ein Gedicht und vieles andere mehr. Es gibt auch jede Menge an Möglichkeiten wie Betreuende aller Berufsgruppen zur guten Lebensqualität alter Menschen beitragen können. Ich bin überzeugt davon, dass Ihnen in der heutigen Tagung zahlreiche Anregungen und best practice Ansätze präsentiert werden, die mithelfen das Leben alter Menschen freudvoller zu machen.

Ich hingegen will heute die grundlegenden Voraussetzungen dafür ansprechen, dass all diese Freuden und all diese guten Ideen auch mit Erfolg bei den Adressatinnen und Adressaten ankommen. Stellvertretend für alle Betagten und Hochbetagten möchte ich Sie daher vor allem darum bitten, uns so zu behandeln, dass wir uns auch weiterhin als geschätzte Mitglieder der menschlichen Gemeinschaft fühlen können. Das ist nämlich die unverzichtbare Voraussetzung dafür Freude am Leben zu haben! Ich bitte Sie meine Worte nicht gleich achselzuckend mit „eh klar, Schnee von gestern“ abzutun. Leider ist nämlich noch immer nichts davon selbstverständlich aber alles von grundlegender Bedeutung für die Lebensqualität alter Menschen.

Zeigen Sie alten Menschen zu jeder Zeit durch ihr Verhalten, dass Sie sie respektieren und in ihnen gleichwertige Mitmenschen sehen. Ich wünsche mir z.B. für mich, dass Sie nicht ungeduldig die Augen verdrehen, wenn ich an der Supermarktkasse etwas länger brauche oder mich ungeschickt dabei anstelle, Ihnen meine Einkäufe aus dem Weg zu räumen. Wenn mich Ihre missbilligenden Blicke treffen und Ihre Körpersprache mir deutlich zeigt, dass meine Langsamkeit Sie nervt, werde ich noch unsicherer und langsamer. Sie müssen meinerwegen vielleicht zwei oder drei Minuten länger warten, aber ich bekomme Ihrewegen das Gefühl, als Mensch nicht mehr zu genügen.

Schauen Sie mich auch bitte nicht mit mitleidiger Verachtung an, wenn ich etwas nicht gleich begreife, was für Sie selbstverständlich ist, oder wenn ich mich – weil mein Nervenkostüm bereits recht dünn ist – schon über Kleinigkeiten aufrege. Auch, wenn Sie das nicht beabsichtigen: Ihr überlegenes Lächeln spricht Bände, verletzt mich und gibt mir das Gefühl nichts mehr wert zu sein. Noch kann ich mich recht gut dagegen wehren aber viele andere können das nicht mehr! – Und auch ich werde es vielleicht morgen oder übermorgen nicht mehr können.

Natürlich fühlen sich die hilfsbedürftigen alten Menschen, die Sie betreuen durch andere Dinge verletzt als ich, aber im Prinzip geht es doch um das Gleiche, nämlich um die Haltung, mit der Jüngere, Fittere und Gesündere alten Menschen begegnen. Haltung war, ist und bleibt das Rückgrat der Palliative Care. Die von Respekt, Verständnis, Zuwendung, Geduld und Mitgefühl getragene Haltung, die ich einfordere, ist die unverzichtbare Voraussetzung dafür, dass Betagte und Hochbetagte weiterhin Freude am Leben haben können. Alle Konzepte, die dazu beitragen sollen, müssen aus dieser Haltung erwachsen.