



## **Besser spät als nie: Besonderheiten und Therapie psychischer Störungen im Alter. Ein Dossier von therapie.de**

Von *therapie.de*

Erstellt am 5 Mär 2013 - 10:50

Die gute Nachricht zuerst: Ältere Menschen leiden nicht häufiger an psychischen Störungen als jüngere. Aber auch hier schränken sie die Lebensqualität oft ein und bedürfen einer Behandlung. Dabei gilt es, spezielles Augenmerk auf die besonderen Umstände zu legen, die dazu führen, dass psychische Störungen im Alter nur selten erkannt und noch seltener adäquat behandelt werden: Ärzte und Pflegepersonal sind einerseits wenig auf das Erkennen von psychischen Störungen älterer Menschen geschult, andererseits haben Ältere häufiger Hemmungen, beim Arzt offen über psychische Probleme zu reden. Sie befürchten, schnell für „verrückt“ oder dement erklärt zu werden. Statt sich einsam zuhause „zusammen zu reißen“, ist es besser, alleine oder mit einem vertrauten Menschen, zum Hausarzt oder direkt zu einem auf ältere Menschen spezialisierten Psychotherapeuten zu gehen.

Im Alter ist es fast die Regel, dass mehrere Erkrankungen gleichzeitig zu behandeln sind. Das erschwert die ganzheitliche Therapieweise und den Medikamenteneinsatz insgesamt spürbar – Neben- und Wechselwirkungen von Medikamenten können direkt oder indirekt die Psyche betreffen und den Behandlungserfolg behindern. Körperliche Krankheiten können sich ebenfalls belastend auf die Psyche auswirken.

Die psychotherapeutische Behandlung älterer Menschen ist der von jüngeren Menschen sehr ähnlich. Ein wichtiges Plus ist die große Lebenserfahrung der Klienten, die oft mehr Einsicht und Stärke mit sich bringt. Zugleich bringen die vielfältigen Verlusterfahrungen die eigene Ruhe aus dem Gleichgewicht: der Austritt aus dem aktiven Berufsleben und der Tod nahestehender Menschen werfen einen manchmal weitaus stärker aus der Bahn, als vorher abzusehen war. Manche fühlen sich weniger fit, etwas langsamer im Kopf, die „Zipperlein“ werden zu ausgewachsenen Krankheiten, die Ziele sind nicht mehr so groß wie früher.

In der Psychotherapie mit älteren Menschen geht es vor allem um alltagsbezogene, eher pragmatische Lösungen und weniger um weitreichende Veränderungen des Lebens.

Im Dossier finden sich zudem anhand von Beispielen ausführliche Beschreibungen von psychischen Erkrankungsbildern im höheren Lebensalter, wie beispielsweise Depressionen, Demenz, Angst- und Schlafstörungen. Thematisiert werden auch Alkohol- und Medikamentenmissbrauch. Ebenfalls gibt es praktische Tipps für die Therapeutensuche.

Das ausführliche Dossier finden Sie hier:

<http://www.therapie.de/psyche/info/diagnose/psychische-stoerungen-im-alt...> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:00):** <http://medkom24.eu/node/17405>

### **Links:**

[1] <http://www.therapie.de/psyche/info/diagnose/psychische-stoerungen-im-alter/>

