

Psychotherapie mit älteren Patienten

Entgegen einem verbreiteten Vorurteil, erweisen sich psychotherapeutische Behandlungen bei älteren Patienten als lohnenswert und effektiv. Die Behandlung kann die Lebensqualität bis ins hohe Alter erheblich verbessern, wenn man die spezifischen Bedingungen des Altern beachtet. In einem Vortrag anlässlich der diesjährigen Mitgliederversammlung des AFTAP schilderte Dr. Helmut Luft, Psychoanalytiker und Arzt, selbst Jg.1924, eindrucksvoll den erfolgreichen Verlauf mehrerer psychoanalytischer Behandlungen mit älteren Patienten.

Eine Patientin war bei Beginn einer ersten psychoanalytisch orientierten Behandlung 94 Jahre alt. Sie beanspruchte eine zweite psychoanalytisch orientierte Psychotherapie von ihrem 99. bis zu ihrem 104. Lebensjahr. Sie hatte auf den Tod ihres Mannes mit starken psychosomatischen Symptomen reagiert, die im Laufe der Behandlung vollständig verschwanden. Hinter den Symptomen verbargen sich Schuldgefühle und unterdrückte Wut sowie verleugnete Ängste vor Verlust, Vergänglichkeit und Tod.

Eine andere Patientin, 60 Jahre alt, die seit 5 Jahren unter der Diagnose „Alzheimer“ in einem Pflegeheim teilnahmslos im Bett lag, erwies sich nicht als dement, sondern als depressiv. Nach einer psychotherapeutischen Behandlung verließ die Pat. das Altenheim, lebte selbständig in ihrer Wohnung, reiste viel, brauchte keine Medikamente mehr und wurde wieder Mittelpunkt der Familie. Sie sorgte für ihren Nachlass und starb sechs Jahre später.

Herr Dr. Luft betonte die Wichtigkeit der Differentialdiagnose zwischen Demenz und Depression. Von den 70-jährigen sind weniger als 5% organisch an Demenz erkrankt, von den 80-jährigen nur 15%. Zudem erklärte er, dass der Alterungsprozeß kein einseitiger Abbau ist: Vielmehr gibt es eine Gegenläufigkeit von „Abbaukurve“ (körperlicher Abbau, psychischer Abbau, soziale Verluste) und „Reifungskurve“ (Lebenserfahrung, Bedächtigkeit, Weisheit, Kreativität, Versöhnlichkeit, antizipierendes Handeln) im Alter, wobei die Reifungskurve durch eine angemessene psychotherapeutische Behandlung oft erheblich unterstützt werden kann.

Der veralteten Auffassung von der Unveränderbarkeit einmal eingerichteter Hirnstrukturen setzte Herr Dr. Luft die heute wissenschaftlich bewiesene Erkenntnis entgegen, dass das Gehirn lebenslang veränderbar und entwicklungsfähig ist. Sein Vortrag ist eine engagierte Ermutigung sowohl für Psychotherapeuten, ältere und alte Patienten zu behandeln, als auch für ältere Menschen, bei Bedarf psychoanalytische Behandlungen in Anspruch zu nehmen.

Dr. Angela Gräber