

# Einsamkeit im Alter – Eine Herausforderung für die Pflege

Dr. Lorenz Imhof, PhD, RN

Altersforum Winterthur, 24.03.2011



Wir teilen eine Welt mit  
anderen Menschen



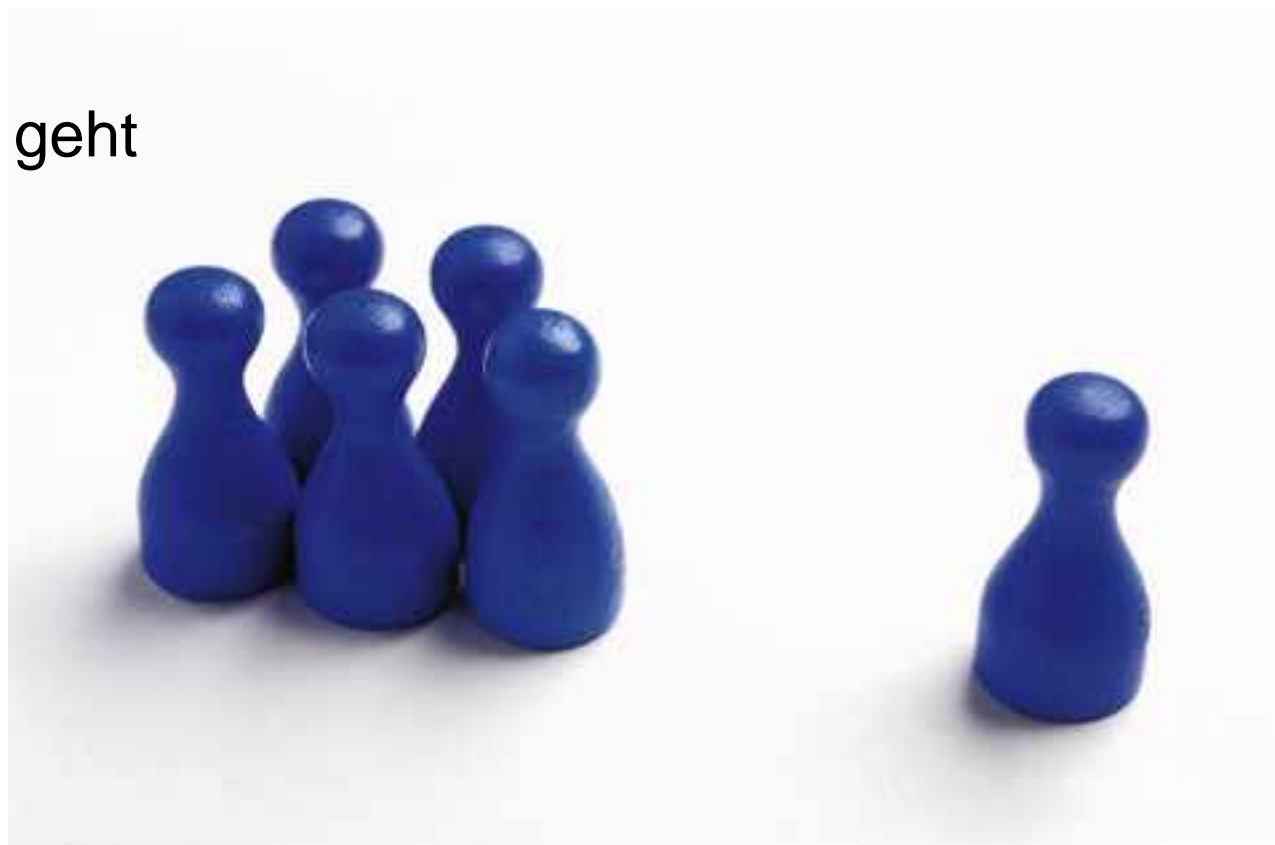
## Das Alleinsein

Manchmal wollen wir in dieser  
Welt alleine sein



## Der Rückzug

Die gemeinsame Welt geht  
verloren



## Die Einsamkeit

Die Zahl und die Qualität der Beziehungen zu anderen Menschen entspricht nicht mehr unseren Vorstellungen.



In der Schweiz:

	<b>Manchmal einsam</b>	<b>Häufig einsam</b>
Altersgruppe 69-79	20%	5%
Altersgruppe 80+	25%	8%

(Höpflinger, 2009)

## Das Risiko ist hoch für:

- Ledige und verwitwete Personen
- Personen ohne Kinder
- Frauen
- Menschen mit tiefem Bildungsstand
- Menschen mit geringen finanziellen Mittel



(Grenade & Boldy, 2008)

## Einsamkeit macht krank

- Reduziert Abwehrkräfte
- Erhöht Stress
- Mehr Depressionen, Suizid



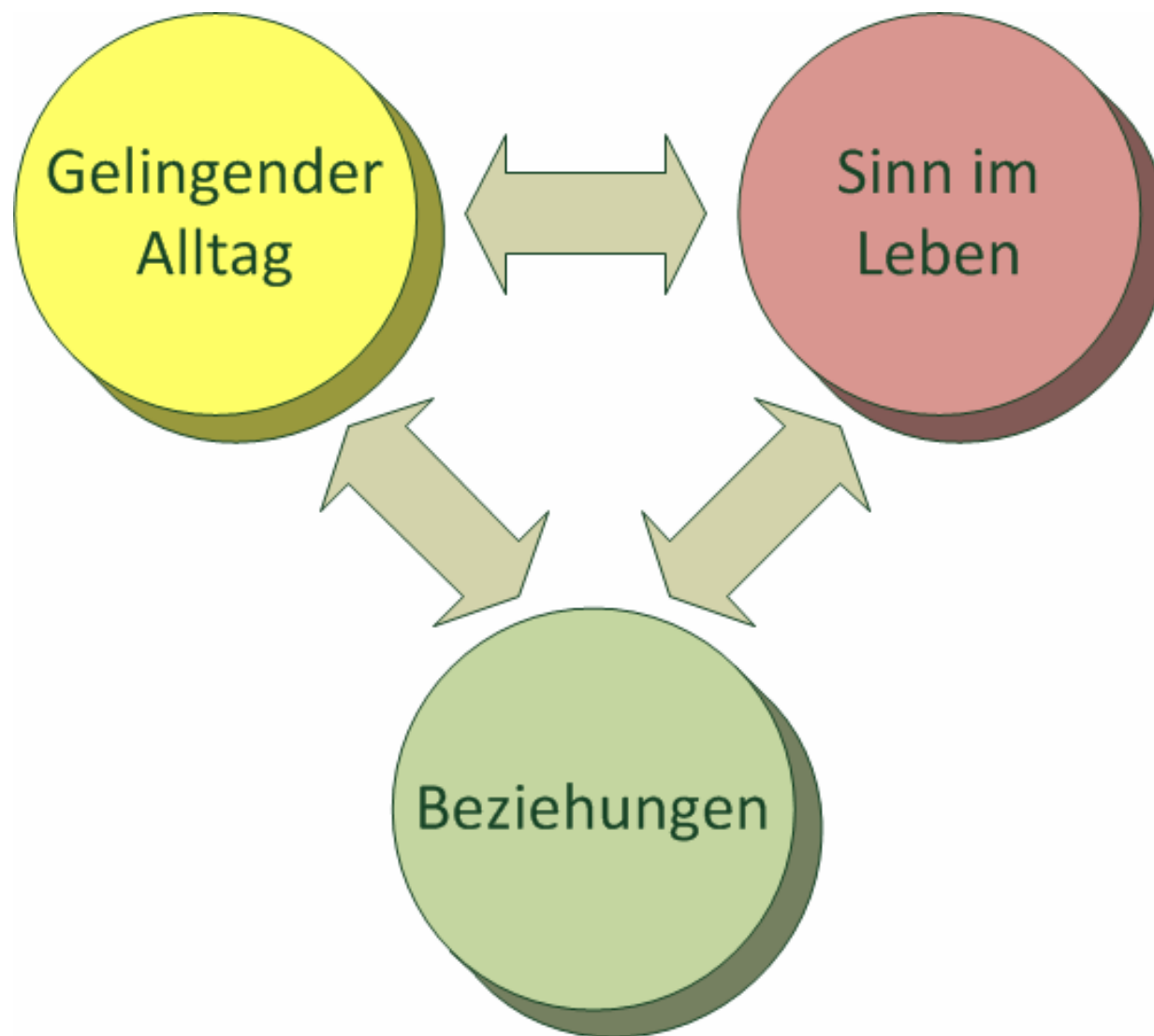
(EISadr et al, 2009; Shiovitz-Ezra & Ayalon, 2010)

## Krankheit macht einsam

- Vor allem bei Personen 75+
- Mehrere chronische Krankheiten
- Eingeschränkte Kommunikation
- Kognitive Einschränkungen

A photograph of a light blue sticky note with handwritten text in black ink. The text reads: "Wegen Krankheit vorübergehend geschlossen!". The handwriting is cursive and slightly slanted.

**Betrifft Kranke und auch pflegende Angehörige !**



## Pflegefachleute

Unterstützen den  
gelingenden Alltag:

- Beratung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Übernahme von Aufgaben



## Pflegefachleute

Machen ein Angebot echter  
Beziehung: **Caring**

Echtes Interesse

«Tätige» Geduld

Pflegezeit – Zeit für die  
Pflege



## **Pflegefachleute können Einsamkeit reduzieren**

### **Dazu müssen folgende Bedingungen erfüllt sein**

- Personenbezogene Dienstleistungen
- Geprägt von Beziehungen
- Keine funktionale Arbeitsteilung



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Kontaktadresse:**

Dr. Lorenz Imhof

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW

Technikumstrasse 71

Postfach

8401 Winterthur

E-Mail: [lorenz.imhof@zhaw.ch](mailto:lorenz.imhof@zhaw.ch)

# Literatur

- Davies, N. (2006). Biological aspects of ageing. *Nurs Stand*, 21(11), 59.
- ElSadr, C. B., Noureddine, S., & Kelley, J. (2009). Concept analysis of loneliness with implications for nursing diagnosis. *Int J Nurs Terminol Classif*, 20(1), 25-33.
- Grenade, L., & Boldy, D. (2008). Social isolation and loneliness among older people: issues and future challenges in community and residential settings. *Aust Health Rev*, 32(3), 468-478.
- Heelan, P. A. (2001). The lifeworld and scientific interpretation. In K. S. Toombs (Ed.), *Handbook of Phenomenology and Medicine*. Dordrecht: Kluwer Academic.
- Höpflinger, F. (2009). Soziale Beziehungen im Alter - Entwicklungen und Problemfelder Retrieved 01.08, 2010, from [www.hoepflinger.com](http://www.hoepflinger.com)
- Imhof, L., Wallhagen, M., Mahrer-Imhof, R., & Monsch, A. U. (2006). Becoming Forgetful: how elderly people deal with forgetfulness in veryday life. *American Journal of Alzheimer's disease and other dementias*, 21(5), 347-353.
- Kesselring, A., Krulik, T., Bichsel, M., Minder, C., Beck, J. C., & Stuck, A. E. (2001). Emotional and physical demands on caregivers in home care to the elderly in Switzerland and their relationship to nursing home admission. *European Journal of Public Health*, 11(3), 267-273.

- Madörin, M. (2007). Neoliberalismus und die Reorganisation der Care-Ökonomie. In Denknetz Jahrbuch (Ed.), *Zur politischen Ökonomie der Schweiz. Eine Annäherung Zürich: edition 8*.
- Shiovitz-Ezra, S., & Ayalon, L. (2010). Situational versus chronic loneliness as risk factors for all-cause mortality. *Int Psychogeriatr*, 22(3), 455-462.
- Shiovitz-Ezra, S., Leitsch, S., Graber, J., & Karraker, A. (2009). Quality of life and psychological health indicators in the national social life, health, and aging project. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 64 Suppl 1, i30-37.
- Yarcheski, A., Mahon, N. E., Yarcheski, T. J., & Cannella, B. L. (2004). A meta-analysis of predictors of positive health practices. *J Nurs Scholarsh*, 36(2), 102-108.