

## Vom Bild alter Menschen

Die Generation 60 plus – sie entwickelt sich zu einer gesellschaftlichen Größe. Das war nicht immer so. Ein Blick in die Geschichte zeigt: Das Bild und die Stellung alter Menschen änderte sich ständig.

In östlichen Afrika nehmen ältere Menschen auch heute noch eine zumeist hervorgehobene Stellung im Sozialverband ein. In vielen anderen einfachen Gesellschaften früherer und heutiger Zeiten ist das nicht so. Das Spektrum überlieferter Altersbilder in ursprünglichen Lebensgemeinschaften ist oftmals von Vernachlässigung und Ausgrenzung geprägt. Auch Berichte aus vorge-schichtlicher Zeit zeichnen ein sehr unterschiedliches Bild der Umgangsformen mit älteren Menschen.

### Altersbilder in der Antike

In den Gesellschaftsformen des alten Ägypten herrschte ein eher negatives Bild vom Altern. In dieser Zeit suchte man bereits nach ersten „Jungbrunnenmitteln“. Das Alte Testament dagegen hob die Würde und Weisheit des Alters als Befähigung für höchste Ämter hervor.

Im antiken Griechenland zeigte sich ein sehr unterschiedliches Bild vom Umgang mit betagten Bürgern der einzelnen Gesellschaften. Im antiken Athen wurde mit spätestens 60 Lebensjahren die anstehende Übergabe des Hofes an den erbberechtigten Sohn gesellschaftlich erwartet. Die ältere Bevölkerung wurde nach dem Verlust ihrer gesellschaftlichen Aufgaben und der Übergabe ihres Besitzes an den Rand gedrängt. Sie hatte sich zu-



Foto: Sabine Hürdler/stock.adobe.com

**Unsere Lebenserwartung ist zu etwa 30 % genetisch vorbestimmt. Den Rest beeinflussen äußere Faktoren. Fitness beispielsweise hält den Körper fit und jung.**

rückziehen und ihre Bedürfnisse ihrer geringeren Bedeutung anzupassen. In Sparta dagegen verlieh das Alter den Menschen unmittelbare Autorität.

### Erste Altenheime aus dem 5. Jahrhundert

Der „Rat der ab 60-Jährigen“ trug gesellschaftlich Verantwortung. Der „Altersrat“ war der Garant für die Stabilität der politischen und sozialen Ordnung Spartas.

In der frühen Zeit der Römischen Republik dominierten noch ältere Senatoren. Die unangefochtene autokratische Führung des

Familienoberhauptes wurde nicht infrage gestellt. Unterschiedliche Gesetzgebungserlasse in der spät-römischen Zeit etablierten jedoch Altersgrenzen. Deren Umsetzung wirkt noch bis heute nach.

### Mittelalter bis Gegenwart

Mit der Christianisierung des Römischen Reiches wurden antike Werte und Normen zunehmend von jüdisch-christlichen Werten verdrängt. Neue Leitbilder wurden geschaffen, mit der Forderung, sich besonders der Kranken, Bedürftigen, Alten und Verwitwe-

ten anzunehmen. Bedenkenswert ist jedoch, inwieweit der christliche Fürsorgegedanke auch zu einer Stigmatisierung der Bedürftigen und Alten beitrug, sie als Randgruppe und nicht mehr als Teil einer Gemeinschaft charakterisierte. In diesem Sinne wurden im Osten des Römischen Reiches bereits ab dem fünften Jahrhundert nach Christus erste Altenheime gegründet.

Auch im Mittelalter legte man gesellschaftlich wenig Wert auf die ältere Bevölkerung. Öffentlich anerkannte Positionen wurden nicht mehr mit betagten Menschen besetzt. Erst durch Renaissance, Reformation und Aufklärung konnte ein gestärktes Selbstbewusstsein entstehen. Der einzelne Mensch erhielt zunehmend Möglichkeiten, sein Leben selbst zu gestalten. Diese Entwicklung hält seitdem an.

### Heutige Anti-Aging-Kultur

Der zunehmend anwachsenden „Generation 60 plus“ wird noch in diesem Jahrhundert ein prozentualer gesellschaftlicher Anteil von über 40 % in der westlichen Welt prognostiziert. Allerdings mangelt es dieser älteren Generation an Orientierung und historischen Vorbildern. Vielmehr sieht sie sich mit Sichtweisen und Menschenbildern einer „Anti-Aging-Kultur“ konfrontiert. Diese bietet bekannte und scheinbar einfache Lösungsansätze einer auch im Alter zu bewahrenden Jugendlichkeit und Leistungsfähigkeit an. Derartige von außen herangetragene Optimierungsversuche vermögen das individuelle Zeiterleben zu beeinflussen. Sie verhindern jedoch auch, dem Alter als eigenständige gleichberechtigte Lebensphase Gestalt zu verleihen.

Die Anti-Aging-Medizin betont als Maß aller Dinge die mittlere Lebensphase des schaffenden leistungsfähigen Menschen. Das führt zu einer übersteigerten Wertung von Autonomie und Leistungsfähigkeit. Gleichzeitig leugnet sie die sich im Alter radikalisierende, aber im Grunde lebensbegleitend vorhandene Angewiesenheit auf Hilfe und Unterstützung anderer Menschen.

## Biologische Grundlagen des Alterns

Die mittlere Lebensdauer einer Art wird von äußeren und inneren Faktoren beeinflusst. Zu den inneren Faktoren zählen alle genetischen Einflüsse auf die Alterungsgeschwindigkeit von Zellen, Organen und Geweben. Ein Blick ins Tierreich lässt erkennen, wie verschiedenartig die mittlere Lebenserwartung ist. Bei Bauchhärtingen beispielsweise liegt diese bei nur drei Tagen. Isländische Muscheln werden über 500 Jahre

alt. Hochbetagte Menschen weisen Genaktivierungen auf, wie sie bei theoretisch unbegrenzt lebensfähigen Süßwasserpolypen vorkommen. Untersuchungen an menschlichen Zellkulturen weisen jedoch auf eine absolute natürliche Altersgrenze von etwa 125 Jahren hin.

Äußere Einflussfaktoren mit schädigender Wirkung, wie sich ergebende Defekte an Genen und Reparaturmechanismen des Erbgutes, kön-

nen Ursachen für diese begrenzte Lebenserwartung sein.

Aufgrund aktuell laufender Studien mit Genkartierungen an über 100-jährigen Menschen kann theoretisch in wenigen Jahren jeder Mensch seine genetisch vorbestimmte Lebenserwartung untersuchen lassen. Der angenommene Anteil der genetischen Vorbestimmtheit unserer Lebenserwartung von etwa 25 bis 30 % zeigt jedoch deutlich, dass äußere Einflüsse insgesamt bedeutender sind.

**Autor:**  
Dr. med. Norbert Bradtke

**Facharzt für Innere Medizin und Geriatrie in Marsberg**

