

# LEBENSWILLE IM ALTER – WEGE ZUR SUIZIDPRÄVENTION

## Hintergrund

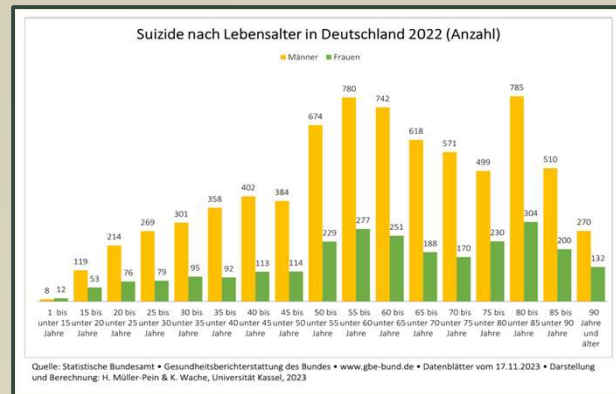
Laut dem Statistischen Bundesamt starben im Jahr 2022 in Deutschland insgesamt 10.119 Personen durch Suizid [3]. Das waren fast 28 Personen pro Tag. Dabei wurde erfasst, dass Männer sich deutlich häufiger das Leben als Frauen nahmen, rund 75 % der Selbsttötungen wurden von Männern begangen [3]. Das durchschnittliche Alter von Männern lag zum Zeitpunkt des Suizides bei 60,3 Jahren [3]. Im Vergleich zum Vorjahr (9.215 Suizide) ist ein deutlicher Anstieg um 9,8 % zu verzeichnen [3]. Das Nationale Suizidpräventionsprogramm für Deutschland (NaSPro) ist das bundesweit agierende Fachnetzwerk für Austausch und Wissensvermittlung zu Suizid, Suizidalität und Suizidprävention [8]. Sie betonen, dass Suizidalität ein gesamtgesellschaftliches Problem ist und es die Zusammenarbeit vieler Akteure braucht, um Präventionsarbeit nachhaltig und erfolgreich gestalten zu können [8]. Diese Daten unterstreichen die Notwendigkeit, weiterhin auf die Verbesserung der Suizidprävention zu fokussieren und sicherzustellen, dass ältere Menschen die Unterstützung und Ressourcen erhalten, die sie benötigen, um mit den Herausforderungen des Alterns umzugehen [3].

## Methodik

Es erfolgte eine Orientierende Literaturrecherche mit den Suchbegriffen „Suizid im Alter“, „Suizidprävention“ und „Lebenswille im Alter“, sowie Auswertungen von Studien, aktueller Fachliteratur und Artikeln.

## Fragestellung

Wie ist der aktuelle Stand der Suizidprävention bei älteren Menschen und welche Handlungsfelder, aber auch Themenkomplexe zeigen sich hier besonders auf?



Zugriff am 19.02.2024, www.suizidpraevention.de

## Ergebnisse:

### Risikofaktoren für Suizidalität im Alter:

- Psychische Faktoren wie z.B. Depressionen oder Abhängigkeitserkrankungen nehmen den größten Teil ein [3]
- körperliche Faktoren mit alterstypischen Merkmalen wie z.B. chronische Schmerzen [3]
- soziale Faktoren z.B. belastende Lebensereignisse [3]

### Schutzfaktoren für Suizidalität im Alter:

- Interne: die Fähigkeit, mit Anforderungen in unterschiedlich belastenden und schwierigen Situationen flexibel und adäquat umgehen zu können [7]
- Externe: stabile familiäre Bindung und Beziehungen, soziales Netzwerk [7]

### Nationales Suizidpräventions Programm (NaSPro)

Fachnetzwerk für Austausch und Wissensvermittlung [3]  
Bericht Suizidprävention Deutschland – Aktueller Stand und Perspektiven (2021) [3]

### Handlungsfelder der Suizidprävention

- Informationsvermittlung – Aufklärung [6,3]
- Präventive Strategien in der Sozial- und Altenhilfepolitik [6,3]
- Strukturelle Veränderungen, insbesondere in der Vernetzung der verschiedenen Akteure [6,3]
- Enttabuisierung existenzieller Fragen am Lebensende [3]
- Gesellschaftliche Diskussion der Veränderungen in der Kultur des Alterns [3]
- Öffentlichkeitsarbeit und Medien [3]

## Diskussion / Fazit:



Zugriff am 10.02.24, www.Stern.de

Projekte im Rahmen der Suizidprävention gibt es in Deutschland bisher schon einige. Die NaSPro kann hier sehr ausführliche Erkenntnisse vorweisen. Trotzdem steht der Einsatz der präventiven Maßnahmen noch nicht im Verhältnis zu den tatsächlichen Suizidenten. Insgesamt umfassen die Zahlen der Suizide in Deutschland eine circa 3mal höhere Zahl der Verkehrstoten in Deutschland [5]. Die Risiken im Straßenverkehr werden gesellschaftlich bedeutend mehr besprochen und das Risiko des Todes deutlicher kommuniziert, z.B. in Plakaten auf Autobahnen. In der Recherche der Autorinnen, wird immer wieder deutlich, wie wichtig es ist, die frühen Interventionen weiter auszubauen. So muss die Alterseinsamkeit eine gesamtgesellschaftliche Wahrnehmung und Berücksichtigung in der Prävention erhalten. Dafür benötigt es ein deutlich engeres gestricktes Netz an Beratungs- und Betreuungsstellen [1]. Aber auch die Diskussion um das selbstbestimmte Sterben, nimmt einen großen Einfluss auf die Suizidprävention bei älteren Menschen. Wenn also der assistierte Suizid eine gesellschaftlich akzeptierte Option werden sollte, wird die größte Zielgruppe ähnlich wie in der Schweiz, sehr wahrscheinlich ältere Menschen beinhalten. Dies gilt es in Zukunft auch weiter sehr sensibel zu betrachten [3].

## Literatur:

- [1] Schneider, B. (2021). Suizidprävention Deutschland – Aktueller Stand und Perspektiven. Kassel: Deutsche Akademie für Suizidprävention e.v. (DASP) [2] Erlmeier, N. (2004). Die Versorgung suizidaler alter Menschen in Deutschland. Zeitschrift für Gerontopsychologie & -Psychiatrie, 17(1), S. 9[3] Bundesamt für Statistik. (2023). Assistierter Suizid nach Geschlecht und Alter. Bundesamt für Statistik. [www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitszustand/sterblichkeit/todesursachen/spezifische.assetdetail.29125048.html](http://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitszustand/sterblichkeit/todesursachen/spezifische.assetdetail.29125048.html) [4] Statistisches Bundesamt. (2022). Suizide nach Altersgruppen. Destatis. [www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Todesursachen/Tabellen/suizide.html#119324](http://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Todesursachen/Tabellen/suizide.html#119324) [5] Statistisches Bundesamt. (2023). Zahl der Verkehrstoten sinkt im Jahr 2023 voraussichtlich leicht auf 2750. Destatis. [www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/12/PD23\\_471\\_46241.html](http://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/12/PD23_471_46241.html) [6] Sonneck, G., Kapusta, N., Tomandl, G., Voracek, M. (2016). Krisenintervention und Suizidverhütung (3. Auflage). utb. [7] Arbeitsgruppe „Alte Menschen“ im Nationalen Suizidpräventionsprogramm für Deutschland. (2015). Wenn alle Menschen nicht mehr leben wollen- Situation und Perspektiven der Suizidprävention im Alter. Köln. [8] Arbeitsgruppe „Alte Menschen“ im Nationalen Suizidpräventionsprogramm für Deutschland. (2019). Wenn das Altern zu Last wird (6. Auflage).