

Physische und psychische Voraussetzungen für eine selbständige Mobilität im Alter

Dr. med. Franziska Wenger
Psychiatrische Dienste Thun
Spital STS AG



Mobilität

- Voraussetzung für ein unabhängiges, funktionell kompetentes, psychisch ausgeglichenes und sozial vollwertiges Leben
- Verbesserung durch medizinische Behandlungen, Training oder Hilfsmittel



Physische Voraussetzungen

- Sinnesorgane
- Bewegungsapparat
- Herz-Kreislauf
- Lunge
- Gehirn-Nervensystem
- Medikamente

Sinnesorgane

- Augen: Einschränkungen der Sehschärfe, des Gesichtsfelds oder des Dämmerungs- oder Nachtsehens
- Ohren: Einschränkungen des Gehörs oder des Gleichgewichts

Bewegungsapparat

- Knochen: Osteoporose, Knochenbrüche
- Gelenke: Arthrosen, Rheuma
- Muskeln: Inaktivität

Herz-Kreislauf

- Herz: ungenügende Herzfunktion, Probleme der Durchblutung oder des Rhythmus
- Kreislauf: zu hoher oder zu niedriger Blutdruck, Einengungen der Blutgefäße

Lunge

- Einschränkungen der Funktion durch Entzündungen, Veränderungen der Sauerstoffaufnahme

Gehirn-Nervensystem

- Steuerung des Körpers eingeschränkt (Schlaganfall)
- Anfallsleiden
- Periphere Nerven

Medikamente

- Alle, die auf das Gehirn wirken, haben auch einen Einfluss auf die Mobilität.
- Können aber auch Voraussetzung für Mobilität sein.

Psychische Voraussetzungen

- Kognitives System
- Affektives System

Kognitive Fähigkeiten

- Im Alter lässt das Leistungstempo bei der Informationsverarbeitung, der Entscheidung und bei der Ausführung der geplanten Handlung nach
- Überforderung bei neuen, hohen und komplexen Leistungsanforderungen nimmt zu
- Belastungsfähigkeit nimmt ab, Ermüdbarkeit zu

Erkrankungen

- Demenzen z. B. Alzheimer
- Akute Verwirrtheitszustände
- Depressionen
- Abhängigkeitserkrankungen

Affektives System

- Stimmung
- Antrieb

Erkrankungen

- Depression
- Manie

Niere-Harnwege

- Niere: Einschränkungen von Entwässerung und Entgiftung
- Harnwege: Infektionen, Inkontinenz

Magen-Darmtrakt

- Einschränkungen der Verdauung, Infektionen, Inkontinenz

Stoffwechsel

- Zuckerkrankheit
- Unter- oder Überfunktion verschiedener Drüsen

Allgemeinzustand

- Reduktion durch bösartige Tumoren, Infektionen, Entwässerung