

Stefan Neuner-Jehle

## Die goldenen und die netten Alten

«Die Alten», die gibt es schlicht nicht. Denn die Menschen, die bereits einen grösseren Teil ihrer Lebensspanne hinter sich haben, sind viel zu heterogen, als dass wir sie alle in einen Topf werfen dürften. Früher war das offenbar einfacher: Schon der Ausdruck, er oder sie habe schon «einige Jahre auf dem Buckel» führt uns vor Augen, wie das zunehmende Lebensalter als Wirbelsäulenkrümmung sichtbar wurde. Ausfallende Zähne, abnehmende Gehfähigkeit mit der Notwendigkeit von Gehhilfen, Verlangsamung des Lebenstempos, ergrautes Haar und zunehmende Runzeln der Haut waren und sind weitere Merkmale des alternden Menschen. Das klassische Bild oder kitschige Klischee: die Grossmutter, die ganztags auf der Ofenbank hockt, und der wacklige Grossvater auf der ebenso wackligen Holzbank vor dem Haus.

Heute, im Zeitalter von Kosmetika, Zahnimplantaten, künstlichen Gelenken, Botox und weit entwickeltem medizinischem Standard, reden wir von *Golden Agers*, einer aktiven und kaufkräftigen Species, die oft die verrinnende Restlebenszeit noch so richtig nutzen will und entsprechend ungläubig bis verzweifelt reagiert, wenn Krankheit und Behinderung einen Strich durch diese Rechnung machen. Noch extremer sind die *Anti-Agers* und die Utopisten, welche die Verlängerung des Lebens um Jahrzehnte, Jahrhunderte oder gar bis in die Unendlichkeit in Griffnähe glauben. Kryokonservation soll die Zeitspanne überbrücken, bis die technischen Voraussetzungen dafür bereit sind. Hand aufs Herz: Wollen Sie in sagen wir 200 Jahren aus ihrem Eisblock erwachen, in einer Science-Fiction-Welt, die uns mit hoher Wahrscheinlichkeit schräg und düster vorkommen würde? Und wie steht es mit dem Dichtestress durch Menschenmassen, wenn Generationen einfach bleiben statt gehen?

Die lebenslustigen, manchmal lebenshungrigen *Golden Agers* hinterlassen zwiespältige Gefühle. Einerseits bewundern wir sie für ihren unverbesserlichen Optimismus und ihre Agilität: «Was, in Ihrem Alter noch so aktiv!» Andererseits können sie gelegentlich etwas anstrengend sein, mit ihren Erwartungen: «Sorgen Sie dafür, lieber Doktor, dass ich so fit bleibe, dass ich noch alles mögliche anstellen kann, sagen wir bis 90?» Marathon laufen, Gleitschirm fliegen, Tropenreisen, Seniorenuniversitätsabschlüsse, das Generalabo so richtig herausfahren? Mit den Urenkeln einen draufmachen? Und warum auch nicht, wenn die Alternative lautet, alleine daheim zu sitzen und resigniert zu bilanzieren, was alles mit dem Altern verloren gegangen ist. Warum nicht noch ein bisschen verrückt sein, nachdem man sich ein drei viertel Leben lang ordentlich und geordnet aufführen musste?



Foto: © Anna Lurye, Dreamstime.com

Doch irgendwo lauert die biologische Grenze, oder wartet sie nur, unaufgeregt und geduldig, auf uns? Ab 90 sind fast alle meiner Patienten wundersamerweise so richtig nett geworden (mit Ausnahme der agitiert Dementen, gebe ich zu). Sind bescheidener, stiller, milder. Sind zufrieden, wenn sie mit wenig Beschwerden durch den Tag kommen, oder wenn sie jemand besuchen kommt. Dabei sind sie alles andere als langweilig, wenn man sich die Zeit nimmt, ihren Erinnerungen zuzuhören. Ihr Leben ist gelebt, sie sind satt, sie sind bereit. Ich mag sie, die netten Alten.

---

Korrespondenz:  
 Dr. med. Stefan Neuner-Jehle, MPH  
 Facharzt für Innere Medizin FMH  
 Schmidgasse 8  
 6300 Zug  
 sneuner[at]bluewin.ch