



Typisch Senioren? Alt war gestern!

Impulsvortrag zum Thema
„gesundes Leben im Alter“



**Marienkrankenhaus
Cochem**

**Amelie Zühlke
Ärztin für Allgemeinmedizin, Geriatrie**

Chefärztin der Abteilung Innere Medizin II, Geriatrie

Marienkrankenhaus Cochem

Avallonstraße 32, 56812 Cochem





Typisch Senioren?





Wie alt sind diese Damen?



38 Jahre

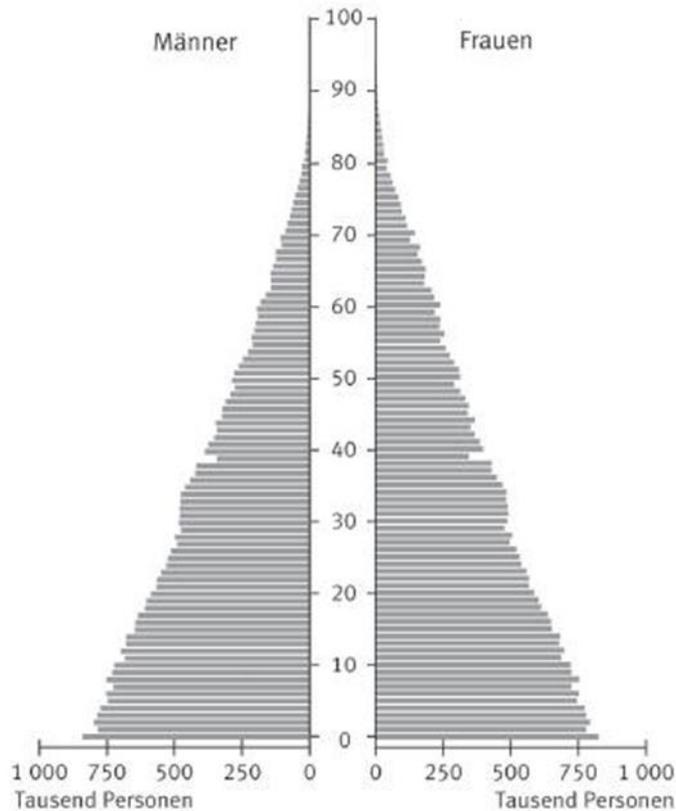


62 Jahre (kurz vor dem Tod)



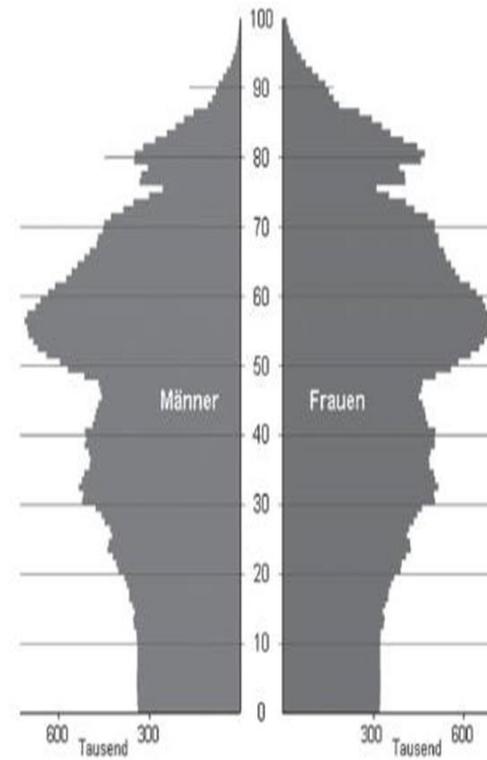
Die Alterspyramide

damals



1910

heute



2020

Ältere Menschen und Kinder
wissen, wie man lebt.



Diejenigen, die am Anfang und Ende
der Straße stehen, haben den besten
Spaß. Es ist ihnen egal, was andere
Leute denken. Entweder sind sie zu
jung, um zu wissen, dass sie sich darum
kümmern sollten, oder sie sind zu alt,
um sich darum zu kümmern.



Marienkrankenhaus
Cochem



typisch Senioren!

trotzdem leben!

trotz Krieg

trotz schwerer Arbeit

trotz Krankheit

trotz Alter

trotz Behinderung

Ja, das möcht' ich noch erleben

(Theodor Fontane)



Marienkrankenhaus
Cochem

Eigentlich ist mir alles gleich,
Der eine wird arm, der andre wird reich,
Aber mit Bismarck – was wird das noch
geben?
Das mit Bismarck, das möcht' ich noch
erleben.
Eigentlich ist alles so so,
Heute traurig, morgen froh,
Frühling, Sommer, Herbst und Winter,
Ach, es ist nicht viel dahinter.
Aber mein Enkel, soviel ist richtig,
wird wohl mit nächstem
vorschulpflichtig,
und in etwa vierzehn Tagen

wird er eine Mappe tragen,
Löschblätter will ich ins Heft ihm
kleben,
Ja, das möchte ich noch erleben.
Eigentlich ist alles nichts,
Heute hält's und morgen bricht's,
Hin stirbt alles, ganz geringe
wird der Wert der ird'schen Dinge;
Doch wie tief herabgestimmt
Auch das Wünschen Abschied nimmt,
Immer klingt es noch daneben:
Ja, das möcht' ich noch erleben.





Was leistet eine moderne Akut-Geriatrie?



Marienkrankenhaus
Cochem

Akut-internistische Behandlung
Alterstraumatologische Behandlung
Frührehabilitative Komplexbehandlung

Definition Geriatrischer Patient

Ein geriatrischer Patient ist definiert durch

„Geriatritypische Multimorbidität“ und
höheres Lebensalter (überwiegend 70 Jahre und älter).

Hierbei sollte das Alter keine fixe Begrenzung darstellen; auch vorgealterte – biologisch deutlich ältere Patienten können klassisch geriatrische Patienten darstellen.

Geriatric care is holistic

Geriatrische Syndrome (laut Weiterbildungsordnung Rheinland-Pfalz)

- Inkontinenz (Stuhl- und/oder Harninkontinenz)
- metabolische Instabilität
- Delir
- Sturz, lokomotorische Probleme (z. B. Synkope, Schwindel, Gangunsicherheit)
- Immobilität und verzögerte Remobilität
- Dekubitus
- Schlafstörungen
- Schmerz und Schmerztherapie
- Fehl- und Mangelernährung, Exsikkose, Ess-, Trink- und Schluckstörungen, künstliche Ernährung
- Obstipation
- kognitive und neuropsychologische Probleme einschließlich Depression und Demenz
- Hemiplegie-Syndrom
- Failure-to-thrive-Syndrom
- Frailty („Gebrechlichkeit“)

Geriatrische Einschätzung altersunabhängig

Go-Go



Slow-Go

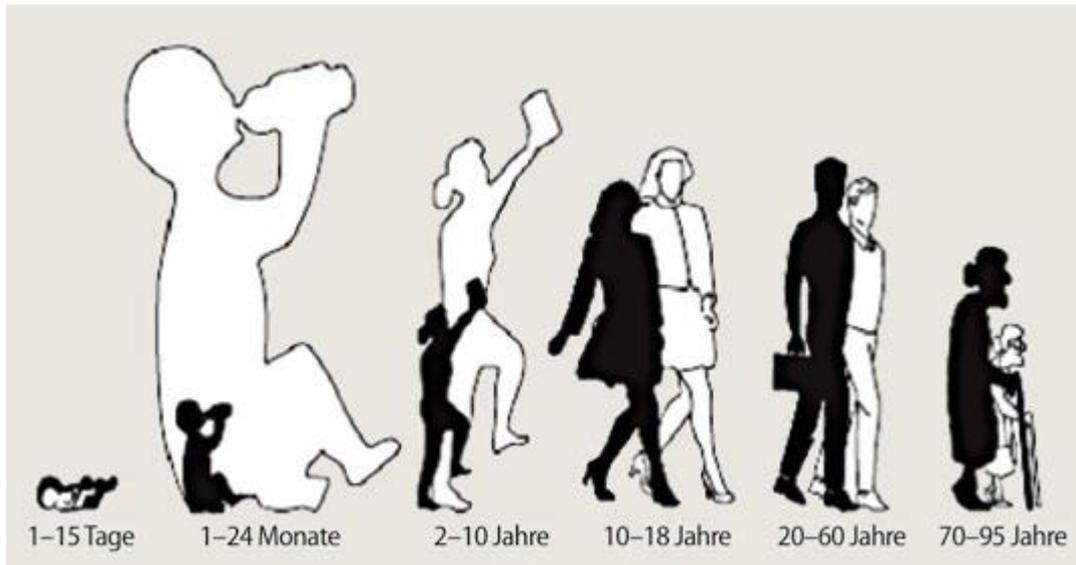


No-Go



Geriatric care is individual





Gesamtkörperclearance (GKC, weiß) und Gesamtkörpervolumen (GKV, schwarz) in unterschiedlichem Lebensalter. GKC und GKV sind relativ zu denen des Erwachsenen (10–18, 20–60 Jahre) dargestellt. Das Verteilungsvolumen übersteigt die GKC im Neugeborenenalter (1–15 Tage, Verteilungsvolumen für die meisten Arzneistoffe groß!) und dann wieder im höheren Alter (70-90)

Metabolisierung von Medikamenten über Cytochrom P450-Isoenzyme

CYP 1A2

Fluvoxamin (Fevarin)

Ciprofloxazin (Ciprobay)
(Hemmstoff)

Clozapin (Leponex)

Theophylline (Solosin)

CYP 2C9

Fluconazol (Diflucan)

Fluvastatin (Cranoc)

Sulfamethoxazol (Cotrim)

Diclofenac (Voltaren)

Ibuprofen

Celecoxib (Celebrex)

Glibenclamide (Euglucon)

Glimepiride (Amaryl)

Nateglinide (Starlix)

Losartan (Lorzaar)

Irbesartan (Karvea, Aprovel)

Phenprocoumon (Marcumar)

CYP 2C19

Omeprazol (Antra)

Lansoprazol (Agopton)

Diazepam (Valium)

Phenytoin (Phenhydan, Zentropil)

Pantoprazol (Pantozol)

Moclobemid (Aurorix)

Clopidogrel (Plavix)

(Prodrug!)

CYP 2D6

Paroxetine (Seroxat)

Fluoxetin (Fluctin)

Celecoxib (Celebrex)
(Hemmstoff)

Carvedilol (Querto, Dilatrend)

Metoprolol (Beloc Zok)

Timolol (Dispatim AT)

Amitryptilin (Saroten)

Fluvoxamin (Fevarin)

Haloperidol (Haldol)

Risperidon (Risperdal)

Metoclopramid (MCP)

Tramadol (Tramal)

Codein (Prodrug!)

Tamoxifen (Prodrug!)

CYP 3A4

Itraconazol (Sempera, Itracol)

Ketoconazol (Terzolin Creme)

Indinavir, Nelfinavir, Ritonavir
Saquinavir

Grapefruit-Saft (Naringin)

Verapamil (Isoptin, Verahexal)

Diltiazem (Dilzem)

Clarithromycin (Klacid)

Erythromycin (Erythrocin)

Cyclosporin (Sandimmun)

Tacrolimus (Prograf)

Amiodaron (Cordarex)

Azithromycin (Zithromax)

Diazepam (Valium)

Midazolam (Dormicum)

Amlodipin (Norvasc)

Lercanidipin (Carmen)

Nifedipin (Adalat)

Estradiol

Cortison

Progesteron

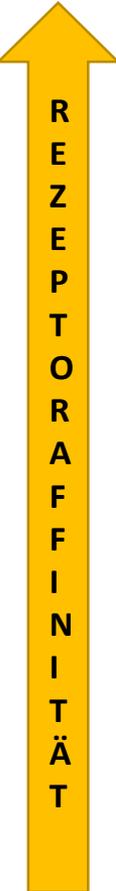
Atorvastatin (Sortis)

Lovastatin (Mevinacor)

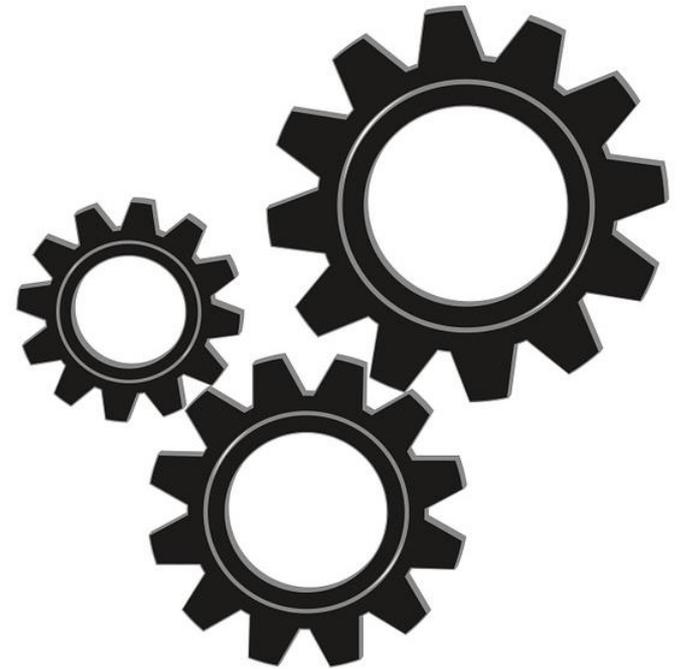
Simvastatin

Fentanyl

Sildenafil (Viagra)



Geriatric care is multidisciplinary



- Internisten
- Chirurgen
- Neurologen
- Psychiater
- Palliativmediziner
- ...

- Pflege
- Physiotherapeuten
- Ergotherapeuten
- Logopäden
- Sozialdienst
- ...

Geriatric medicine is geriatrics
Geriatric medicine is holistic
Geriatric medicine is individual
Geriatric medicine is multidisciplinary

Geriatric medicine is teamwork



Unser Ziel



Marienkrankenhaus
Cochem



alt war gestern!



Marienkrankenhaus
Cochem







Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

