

Technische Unterstützung zuhause: Brauche ich das wirklich?

Es gibt viele technische Geräte, die älteren Menschen ein möglichst gesundes und selbstbestimmtes Leben zuhause erlauben sollen. Doch warum werden diese bislang erst wenig genutzt? Eine Studie der Careum Hochschule Gesundheit liefert Antworten.

Text: Alwin Abegg, Heidi Kaspar, Anja Orschulko



Der sogenannte Rotkreuz-Notfallknopf hat sich durchgesetzt: Er stellt sicher, dass Personen, die in einer Notlage sind, schnell Hilfe bekommen.

Fotos: Shutterstock

Zuhause alt werden ist und bleibt für ältere Menschen ein wichtiges Anliegen. Trotz gesundheitlicher Beeinträchtigungen wohnen viele Senior:innen lieber in den eigenen vier Wänden als in betreuten Wohnsettings. Um diesem Bedürfnis gerecht zu werden, setzen Anbieter auch auf Technik. Auf dem Markt gibt es eine Vielzahl verschiedener Geräte, die das Wohnen zuhause erleichtern sollen: Alarmierungssysteme für Notfälle, Erinnerungsfunktionsgeräte zur Medikamenteneinnahme oder Messung von Körperdaten zur Förderung einer gesunden Lebensweise. Neben verbreiteten Optionen wie dem Rotkreuz-Notfallknopf gibt es auch komplexere Geräte wie Smartwatches oder Komplettsysteme, welche Wohnungen und Häuser in Orte des Smart Living verwandeln. Forschende der Careum Hochschule Gesundheit (CHG) haben ältere Menschen befragt, ob und wie sie sich ihr Leben im Alter mit Technikunterstützung vorstellen können. Dabei zeigt sich: Ältere Menschen machen sich viele Gedanken zur gesundheitlichen und pflegerischen Technikunterstützung im Alter. Dabei spielen emotionale und soziale Beweggründe eine ebenso grosse Rolle wie rein technische Überlegungen.

Das soziale Umfeld als Entscheidungshilfe

Bei Technikentscheiden spielt das soziale Umfeld, also Familienangehörige, Nachbar:innen und Bekannte, eine wichtige Rolle. Gerade junge Familienmitglieder überzeugen ihre Eltern und Grosseltern nicht nur von der Nutzung bestimmter Geräte, sondern be-

«So lange ich noch denken kann, würde ich mir natürlich ganz genau überlegen: Will ich oder will ich nicht? Wenn ich aber nicht mehr so recht denken kann, dann wird es auch für die Angehörigen schwierig, mir etwas aufzubrummen.»

Interviewter, 74 Jahre alt, auf die Frage, ob er sich vorstellen kann, im Alter medizinische Geräte zu benutzen.

raten diese auch und stehen ihnen unterstützend zur Seite.

In den Interviews beziehen sich die befragten Personen oft auf ihr Umfeld, indem sie sich hinsichtlich Gesundheit, Alter und Technikkompetenz mit anderen vergleichen. Das soziale Umfeld funktioniert hier als eine Art Vergleichsraum, in welchem sich eine eigene Positionierung hinsichtlich der Themen Alter, Gesundheit und Technik vornehmen und reflektieren lässt. In diesen Vergleichsraum gehören auch Geschichten von gelingendem resp. misslingendem Technikeinsatz. So überzeugte etwa das Beispiel eines betagten Nachbarn, der im Badzimmer unglücklich gestürzt war und mithilfe der Smartwatch seine Angehörigen mittels Knopfdrucks benachrichtigen konnte, eine interviewte Person, sich ebenfalls ein Gerät zur Notfallmeldung anzuschaffen. Geschichten von Misserfolgen mit technischen Geräten können hingegen das eigene Misstrauen gegenüber der Verlässlichkeit von Technik bekräftigen.

Innerhalb des sozialen Gefüges spielt Autonomie eine zentrale Rolle. Für die befragten Personen besteht diese vor allem aus dem selbständig gefällten Entscheid, Technik zu nutzen. Diese kann allerdings mit Erwartungen von Angehörigen kollidieren. Das soziale Umfeld kann hier nicht nur eine unterstützende Ressource, sondern ein Spannungsfeld darstellen, in welchem Senior:innen ihre selbständige Entscheidung behaupten müssen.

Unabhängigkeit versus technische Abhängigkeit

So fragten sich Interviewte: Wie selbständig ist man, wenn man zwar zuhause leben kann, dafür aber von der Zuverlässigkeit und Verfügbarkeit von technischen Geräten und Anwendungen abhängig ist? Bedenken zur Abhängigkeit von Technik werfen essenzielle Fragen auf hinsichtlich der Vision eines durch Technikeinsatz autonom geführten Lebens im Alter, wie es der Technikindustrie vorschwebt. Gleichzeitig sind sich alle Befragten über die Nützlichkeit bestimmter Funktionen einig (z.B. Notfallmeldung). Die Notwendigkeit von Schlafmessung, Schrittzähler und Erinnerungsfunktionen werden hingegen eher kritisch beurteilt und weniger mit Gesundheit denn mit Lifestyle in Verbindung gebracht. Als kritisch erweist es sich, den Moment zu

erkennen, ab dem man auf (technische) Unterstützung angewiesen ist. Merkt man das selbst? Und kann der Entscheid überhaupt noch allein getroffen werden?

Natürlich besteht diese Entscheidungsschwierigkeit bei jeder Form der Hilfe. Allerdings ist die Situation in der Technikunterstützung besonders paradox: Auf der einen Seite besteht die Unterstützungsbedürftigkeit, auf der

anderen Seite setzt diese wiederum Kompetenzen der Techniknutzung voraus. Einerseits das Ideal der Autonomie, andererseits die empirisch belegte wichtige Rolle des sozialen Umfelds sowie die Angst, sich in die Abhängigkeit von Technik zu begeben.

Die Studie zeigt, dass es stark vom sozialen Umfeld und der eigenen Biografie abhängt, ob und wann technische Anwendun-

gen genutzt werden, und dass Senior:innen dabei verschiedene Aspekte berücksichtigen und abwägen. Ein Gerät oder eine App nicht verwenden zu wollen, muss dabei nicht zwingend Ausdruck einer altbackenen, uninformierten Technikfeindlichkeit sein, sondern möglicherweise auch des Willens, möglichst selbständig bleiben zu wollen. ■



Alwin Abegg

Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Careum Hochschule Gesundheit
✉ alwin.abegg@careum-hochschule.ch



Heidi Kaspar

Co-Leiterin des Kompetenzzentrums Partizipative Gesundheitsversorgung des Departements Gesundheit der Berner Fachhochschule
✉ heidi.kaspar@bfh.ch



Anja Orschulko

Project associate am Swiss Centre for International Health am Schweizerischen Tropen- und Public-Health-Institut
✉ anja.orschulko@swisstph.ch



PRIX GERONTOLOGIE CH

Am 6. September fand im Rahmen unserer Fachtagung die Preisverleihung des Prix GERONTOLOGIE CH 2022 statt.

Der Anerkennungspreis für wissenschaftliche Abschlussarbeiten im Altersbereich, die sich durch einen besonders innovativen Charakter und einen hohen Praxisbezug hervorheben, wurde dieses Jahr erstmals vergeben. Wir haben eine Vielzahl von spannenden und sehr unterschiedlichen Arbeiten erhalten. Die Fachjury hat diese während der Sommermonate ausgewertet und die folgenden drei Siegerarbeiten erkoren:

- 1. Preis:** Morgane Duc für die Arbeit «Current practices of physiotherapists in Switzerland regarding fall risk-assessment for community-dwelling older adults: A national cross-sectional survey»
- 2. Preis:** Kevin Kempter für die Arbeit «Habitat et vieillissement de la population: développement d'un projet innovant de colocation intergénérationnelle dans l'arc lémanique»
- 3. Preis:** Michelle Bütikofer und Kathy Haas für die Arbeit «Sterbehilfe... und was hat das mit Sozialarbeit zu tun? Eine Studie zu den Beratungsangeboten im Kanton Bern und der Rolle der Sozialarbeit»

Herzliche Gratulation den Gewinner:innen!

Mehr über in die preisgekrönten Arbeiten erfahren Sie in den Artikeln der Autor:innen auf den folgenden Seiten (2. und 3. Preis) und der nächsten Magazinausgabe (1. Preis). ■



An der Preisverleihung (von links nach rechts): Morgane Duc, Kevin Kempter, Michelle Bütikofer, Kathy Haas

Foto: Manuela Best



Die 4. Nationale Fachtagung GERONTOLOGIE CH findet am 14. September 2023 in Olten statt.

Schmerzen im Alter: Ein unliebsamer Begleiter!

Präsentationen und Impressionen zur 3. Nationalen Fachtagung GERONTOLOGIE CH.



Foto: Barbla Rüegg

Schön, dass unsere Fachtagung «Schmerzen im Alter: ein unliebsamer Begleiter! Neuste interprofessionelle Ansätze» vom 6. September 2022 wieder vor Ort in Freiburg stattfinden konnte! Mit rund 150 registrierten Teilnehmenden, spannenden Referaten aus Wissenschaft und Praxis, einer angeregten Podiumsdiskussion und vielen persönlichen Kontakten war die Fachtagung ein rundum gelungener Event. ■

Mehr wissen:

Impressionen der Tagung sowie die Präsentationen der einzelnen Referate finden Sie unter www.gerontologie.ch/fachtagung-2022

Anzeige

LÄNGER DAHEIM WOHNEN. DANK BEZUGSPFLEGE DER PRIVATEN SPITEX.

Gleiche Person, gleiche Zeit, gleicher Ort – das einzigartige Pflege- und Betreuungskonzept.

Die ASPS vertritt 330 Organisationen mit über 14 000 Mitarbeitenden. Der Marktanteil in der Pflege beträgt je nach Region 10 bis 45%. Private Spitex-Organisationen leisten einen wichtigen Beitrag für die Versorgungssicherheit. Sie sind systemrelevant.

ASPS
SPITEXPRIVEE.SWISS

Gratisnummer 0800 500 500
www.spitexprivee.swiss