

Altern mit geistiger Behinderung

Christina Ding-Greiner stellt fest, dass es keiner speziellen Theorie des Alterns für geistig behinderte Menschen bedarf. Unterschiede im Ablauf und in der Erkrankungshäufigkeit einzelner Organsysteme lassen sich auf Entstehung und Ursachen der geistigen Behinderung zurückführen. Die grundlegenden Erkenntnisse der allgemeinen Gerontologie und der Geriatrie lassen sich daher grundsätzlich auch auf geistig behinderte Menschen übertragen.

Altern ist ein Prozess der Veränderung in der Zeit, der sich über den gesamten Lebenslauf auf der körperlichen und geistigen Ebene ereignet. Alternsvorgänge können sichtbar und kennzeichnend sein für das Altern wie beispielsweise die Weißfärbung und das Ausdünnen der Kopfbehaarung. Bezüglich der Vitalität des Individuums ist diese Erscheinung völlig belanglos, sie wird jedoch häufig als belastend erlebt, da sie als ein sichtbares Zeichen des Älterwerdens interpretiert wird. Negative Auswirkungen finden sich im biologischen Bereich, dort führen Alternsprozesse zu Funktionseinbußen auf Organebene, während im geistig-seelischen Bereich Altern mit Wachstum verbunden sein kann.

Alternsprozesse

Lebende Substanz ist dadurch gekennzeichnet, dass sie laufend reversiblen Veränderungen unterliegt, die dazu dienen, das innere Gleichgewicht des Organismus aufrecht zu erhalten. Alternsprozesse sind normale, d.h. nicht krankhafte Prozesse, die um das 30. Lebensjahr nach Abschluss der körperlichen Entwicklung und Reifung einsetzen, und die sich durch ihren irreversiblen Charakter auszeichnen. Unterschiede im Fortschreiten und in der Ausprägung der Alternsprozesse sind zurückzuführen auf familiäre Veranlagung, auf Erkrankungen und auf das Ausmaß, in dem das Individuum körperliche Funktionen trainiert und einen gesunden Lebensstil beachtet.

Kognitives Altern hingegen ist ein Prozess, der sowohl Einbußen als auch Wachstum in einzelnen Leistungskomponenten umfasst. Hochentwickelte Fähigkeiten und Fertigkeiten kompensieren häufig alterskorrelierte Verluste in kognitiven Funktionen.

Zwei Formen der Intelligenz

Die *fluide Intelligenz* beschreibt die Mechanik der Intelligenz. Einbußen zeigen sich im Bereich jener Funktionen, die an biologische Strukturen gebunden sind und dadurch genauso wie andere körperliche Funktionen einen Abbau nach dem 30. Lebensjahr zeigen. Es handelt sich um die Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit, die Gedächtnisleistung, die Wahrnehmung, die Umstellungsfähigkeit, die Bewältigung neuartiger kognitiver Probleme und die Psychomotorik.

Die *kristalline Intelligenz* oder erfahrungsgebundene Intelligenz zeigt Gewinne durch im Lebenslauf erworbene Fachkompetenzen und Daseinskompetenzen, die auf eine kontinuierliche Akkumulation, Elaboration und Ordnung von Erfahrung und Wissen zurückzuführen ist. Ältere Menschen, die kognitiv herausfordernden Tätigkeiten nachgehen, weisen nur in geringem Ausmaß kognitive Einbußen auf. Es besteht ein statistisch gesicherter Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an kognitiver Aktivität im Lebenslauf und der kognitiven Leistungsfähigkeit im Alter. Wissenssysteme und Handlungsstrategien,

die im Erwerbsleben entwickelt worden sind, können häufig Einbußen in jenen Funktionen ausgleichen, deren Leistung abhängig ist von biologischen Prozessen.

Einschränkung der Organfunktion im Alter

Das 30. Lebensjahr wird in der Literatur als ein Zeitpunkt genannt, an dem sich im Organismus eine Wende vollzieht, Wachstum und Reifung des Organismus haben ihren Höhepunkt erreicht, und nun beginnt ein langsam fortschreitender Abbau physiologischer Funktionen. Es handelt sich dabei um normale Alternsprozesse; damit verbunden sind eine Abnahme der körperlichen Reservekapazitäten und eine zunehmende Verletzlichkeit des Organismus, als deren Folge die innere Krankheitsdisposition und die Anzahl der Sterbefälle in der Bevölkerung zunehmen.

Nervensystem

Das Nervensystem nimmt eine Schlüsselposition im Organismus ein, da es die sensorischen, motorischen, vegetativen, kognitiven und affektiven Funktionen aufeinander abstimmt. Da das Gehirn sehr empfindlich auf Sauerstoff- und Nährstoffmangel reagiert, ist die Aufrechterhaltung einer optimalen Durchblutung Voraussetzung für die gute Funktionsfähigkeit des Gehirns, welche die geistig-seelischen und die Körperfunktionen beinhaltet. Normale Alternsprozesse führen zu einer Verlangsamung der Nervenleitgeschwindigkeit, einer Einschränkung feinmotorischer Funktionen oder einer leichten Vergesslichkeit.

Herzkreislaufsystem

Alternsprozesse führen auch beim Gesunden zu arteriosklerotischen Veränderungen an den Gefäßen, die eine Erhöhung des Blutdrucks und eine Verschlechterung des Stoffaustauschs im Gewebe zur Folge haben. Funktionseinschränkungen des Herzkreislaufsystems bedingen Leistungseinschränkungen weiterer Organsysteme, da deren Versor-



Dr. Christina Ding-Greiner, Institut für Gerontologie, Heidelberg