

Todeswünsche ernst nehmen und den Lebenswillen stärken

Zur Suizidgefährdung und Suizidprävention im Alter



Uwe Sperling



In ihrem Film „Ich will sterben“ zeichnet Tina Soliman (2009) das Portrait vierer Menschen, die im Alter nicht mehr leben wollten. Im Begleittext findet man folgende Zitate aus dem Film: „Dreimal hat der Hamburger schon versucht, sich das Leben zu nehmen. Der tägliche Kräfteverfall depressiere ihn, hat der ehemals erfolgsverwöhnte Jurist seiner Tochter erklärt, er fühle sich überflüssig.“ – „Im Grunde bedeutet Altwerden, dass man immer häufiger Abschied nehmen muss, von den körperlichen und geistigen Fähigkeiten, von Anerkennung, von Freunden, vom Lebenspartner“, so die 72-jährige Christel V., die vor einem Jahr ihren Mann verloren hat. Die Flensburgerin wollte nicht mehr leben und hat sich selbst in die Psychiatrie einweisen lassen, um etwas gegen ihre Depressionen zu tun.

Suizid und Suizidalität – Begriffe und Zahlen

In jedem Jahr nehmen sich in Deutschland etwa 10.000 Menschen das Leben. Von diesen waren im Jahr 2011 4.381 60 Jahre oder älter. Ältere Menschen haben sich demnach wesentlich häufiger umgebracht, als man es aufgrund ihres Bevölkerungsanteils von etwa 26% erwarten würde. Die Männer sind mit rund 70% aller Suizide im Alter stärker vertreten als die Frauen, auf der anderen Seite muss jedoch festgestellt werden, dass fast jede zweite Frau, die einen Suizid durchgeführt hat, 60 Jahre oder älter war. Die Altersverteilung der Suizidraten kann mit dem sogenannten „Ungarischen Muster“ beschrieben werden: Ab dem 75. Lebensjahr steigt die Suizidrate (Anzahl pro 100.000 der entsprechenden Altersgruppe) auffallend stark an: bei den 85–90-jährigen Männern auf über 75, bei den gleichaltrigen Frauen auf über 15, während die durchschnittliche Suizidrate in Deutschland bei 18 (Männer) bzw. 5,7 (Frauen) lag (Stand 2009). Diese Verteilung, die in den meisten Industrieländern zu finden ist, nennt man das „Ungarische Muster“ (siehe Abbildung 1), da man sie erstmals in

Ungarn in besonderer Ausprägung beobachtet hat.

Die Suizidrate in Deutschland liegt im weltweiten und europäischen Vergleich auf einem mittleren Niveau. Höher ist die Rate in Ländern wie Russland, Litauen, Ungarn oder Finnland, niedriger ist sie beispielsweise in Malta, Griechenland, Portugal oder Spanien.

Schwieriger ist es, die Zahl der Suizidversuche zu erfassen bzw. abzuschätzen. Man kann davon ausgehen, dass die Zahl der Suizidversuche etwa 10-mal höher ist als die der durchgeführten Suizide. Im Alter stehen den Suiziden weniger Suizidversuche gegenüber, was vor allem damit zusammenhängt, dass der Suizid im Alter oftmals weniger ein Hilfeappell an Andere, sondern ein letzter Akt in einer als

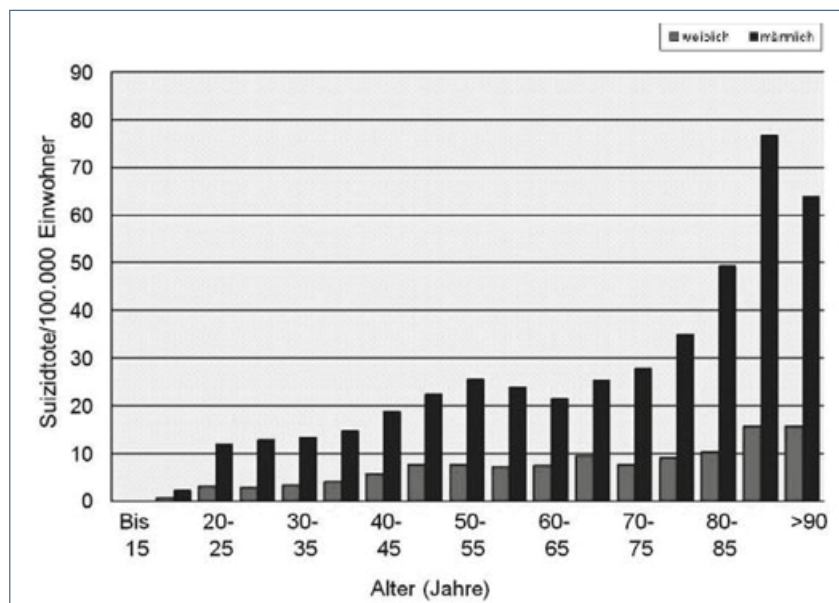


Abbildung 1: Suizidraten nach Alter und Geschlecht (2009)