

Potsdam, 22.11.2023

## Pressemitteilung

### „Wie soll ich es sagen?“ – Hilfestellung bei riskanten Alkoholkonsum älterer Menschen

Neues Projekt „selbstbestimmt – Suchtprävention für vulnerable Zielgruppen im Land Brandenburg“ bietet Informationen

Im zunehmenden Alter reagiert der Körper sensibler auf Alkoholkonsum. Vor allem die Mischung aus Medikamenten und Alkohol kann zum Problem werden. Vielen Betroffenen fällt es schwer, sich ihrem möglicherweise riskanten Konsum zu stellen. Gleichzeitig wissen Angehörige, Freunde und Bekannte oft nicht, wie sie auffälliges Verhalten ansprechen können, ohne ihr Gegenüber zu verletzen. Das Projekt „selbstbestimmt“ der Brandenburgischen Landesstelle für Suchtfragen e. V. (BLS) veröffentlicht verschiedene Informationsmaterialien mit Gesprächsanregungen für schwierige Situationen, Hilfsangeboten und Tipps für die seelische Gesundheit.

Circa 15 Prozent der Menschen, die in Brandenburger Suchtberatungsstellen ankommen, sind über 57 Jahre alt. Gleichzeitig ist Alkohol in Einrichtungen der ambulanten Suchthilfe das Problemfeld mit den durchschnittlich ältesten Klient\*innen. **Ältere Menschen tragen ein erhöhtes Risiko, einen riskanten Alkoholkonsum zu entwickeln.** Grund dafür sind verschiedene Faktoren: Der mit dem Renteneinstieg verbundene Ausstieg aus dem Berufsleben, der Verlust geliebter Menschen, abnehmende Mobilität, gesundheitliche Beeinträchtigungen oder aufkommende Einsamkeitsgefühle stellen Menschen in dieser Lebensphase häufig vor große Herausforderungen. Neben dem seelischen Stress steigt mit zunehmendem Alter die Einnahme von Medikamenten und der Körper reagiert intensiver als in jungen Jahren auf Alkoholkonsum, was zu gefährlichen Wechselwirkungen führen kann.

Dafür zu sensibilisieren, ist eine der Aufgaben des BLS-Projekts „selbstbestimmt – Suchtprävention für vulnerable Zielgruppen im Land Brandenburg“, welches vom GKV-Bündnis für Gesundheit und dem Brandenburger Gesundheitsministerium (MSGIV) gefördert wird.

Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz  
Haus S | Henning-von-Tresckow-Straße 2-13 | 14467 Potsdam  
Pressesprecher: Gabriel Hesse | Tel.: (0331) 866-5040  
Internet: <https://msgiv.brandenburg.de> | X: [https://twitter.com/MSGIV\\_BB](https://twitter.com/MSGIV_BB) | E-Mail: [presse@msgiv.brandenburg.de](mailto:presse@msgiv.brandenburg.de)

Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e.V.  
Haus H1 | Behlertstraße 3A | 14467 Potsdam  
Geschäftsführerin: Andrea Hardeling | Tel.: (0331) 581380-20  
Internet: [www.selbstbestimmt-brandenburg.de](http://www.selbstbestimmt-brandenburg.de) | E-Mail: [presse@blsev.de](mailto:presse@blsev.de)

**Andrea Hardeling, Geschäftsführerin der BLS erklärt:** „Vor allem Angehörige sind häufig unsicher, wenn sie ein auffälliges Konsumverhalten bei einer nahestehenden Person bemerken, aber auch die Betroffenen selbst wissen oft nicht weiter. Wir wollen diese Menschen darin bestärken, sich mit ihrem Konsum auseinanderzusetzen und **Unterstützungsangebote für ein gesünderes, unabhängiges Leben** wahrzunehmen.“

**Gesundheitsministerin Ursula Nonnemacher betont:** „Gesundheit wird gerade im Alter zu einem zentralen Thema. Die Lebensqualität älterer Menschen zu erhalten und das nötige Wissen hierfür zu vermitteln, ist daher ein wichtiger gesellschaftlicher Auftrag. Dazu gehört, **Suchterkrankungen mit ihren negativen Folgen aus der „Tabuzone“ herauszuholen** und die Betroffenen und ihr persönliches Umfeld sprach- und handlungsfähig zu machen. Das Projekt verfolgt dieses Ziel mit ganz praktischen Tipps und Hinweisen.“

Aus Sicht von **Daniela Teichert, Vorstandsvorsitzende der AOK Nordost** und stellvertretend für alle gesetzlichen Krankenkassen und -verbände, die sich im GKV-Bündnis für Gesundheit zusammengeschlossen haben, ist Alkohol „kein ausschließliches Problem der partywütigen Jugend. Gerade im Alter kann die Kombination von Alkohol und der Einnahme verschiedener Medikamente zu lebensbedrohlichen Situationen führen. Auch können sich Erkrankungen wie Diabetes oder Bluthochdruck, die klassischerweise eher im Alter auftreten, bei zu viel Alkoholkonsum sogar noch verstärken. Zielgruppengerechte Aufklärung ist darum gerade bei älteren Menschen umso wichtiger.“

Um diesem Auftrag nachzukommen, veröffentlicht das Projekt selbstbestimmt **Informationsmaterialien für Betroffene, Angehörige und Kontaktpersonen**. Die Broschüren und Flyer klären über Alkohol und Medikamentenkonsum im höheren Alter auf, bieten verschiedene Gesprächsanregungen zum Thema und halten Tipps für die seelische Gesundheit bereit. Die Inhalte wurden mit freundlicher Genehmigung der ginko Stiftung für Prävention (Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW) aus dem Projekt „Stark bleiben“ übernommen und für das Land Brandenburg überarbeitet.

**Alle Materialien stehen ab sofort kostenfrei** unter folgendem Link zum Download und zur Bestellung zur Verfügung: <https://www.selbstbestimmt-brandenburg.de/aeltere-menschen/materialien/>

## Hintergrund

Die Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e.V. arbeitet als landesweite Fachstelle in den Themenbereichen Suchthilfe, Suchtprävention, Suchtselbsthilfe und Glücksspielsucht. Die Förderung des Projektes „selbstbestimmt – Suchtprävention für vulnerable Zielgruppen im Land Brandenburg“ erfolgt durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit ([www.gkv-buendnis.de](http://www.gkv-buendnis.de)) und durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburg. Das Projekt beschäftigt sich mit Suchtprävention für Kinder aus suchtbelasteten Familien, für Menschen mit Behinderung, Menschen mit Migrationsgeschichte sowie ältere Menschen.