

2. Begriffsbestimmungen

Die wichtigsten in der Arbeit verwendeten Begriffe sollen hier kurz in ihrer Bedeutung bestimmt, erläutert und somit auch voneinander abgegrenzt werden.

2.1. Alter – Altern

Das Leben wird in unterschiedlichen Kulturen durch bestimmte Rituale in unterschiedliche Lebensphasen unterteilt. Für den Übertritt in die Altersphase allerdings existiert in unserem Kulturkreis kein entsprechendes Ritual. So kommt es beim Übergang zum Alter weder zu einer Aufnahme in einen höheren gesellschaftlichen Status wie z.B. bei der Konfirmation, noch existiert ein allmähliches Einüben in nachberufliche Aufgaben und Verhaltensweisen. Und doch existiert das Alter in unserem Kulturkreis als Phänomen und wird schon seit jeher in Schriften thematisiert.⁵³

Die Vorstellungen und die daraus resultierenden Theorien über das Alter und das Altern hängen sowohl ideologisch, kulturell als auch sozial von einer Vielzahl von Faktoren ab, doch erst durch den wissenschaftlichen Fortschritt ab dem 18. Jahrhundert können diese Ansätze und Vorstellungen auch durch wissenschaftliche Erkenntnisse gestützt und untermauert werden.⁵⁴

Der Begriff "Alter" betrachtet das Alter als Lebensperiode, stellt allgemein die älteren Menschen und das Resultat des Altwerdens in den Mittelpunkt und betrachtet die Alten als eine relativ homogene Gruppe. Der Stellenwert dieser Gruppe innerhalb der Gesellschaft ist dabei einem ständigen Wandel unterworfen.

Die Definition des Alters ist grundsätzlich offen, da jeder Mensch vom Zeitpunkt seiner Geburt an altert. Doch in der gesamten abendländischen Geschichte hindurch finden sich Einteilungen der Lebenszeiten in bestimmte Altersabschnitte. Zusammenfassend kann gesagt werden, dass das Alter im Allgemeinen spätestens mit dem 60. Lebensjahr, frühestens mit ca. 50 Jahren angesetzt wird.⁵⁵ Alter in dem hier verstandenen Sinne, also das einer sozialen Zeitdimension entsprechende soziale Alter wird bestimmt durch die historische Zeit, in der ein Individuum alt geworden ist und wird beispielsweise neben der durchschnittlichen Lebenserwartung in einer Gesellschaft und dem

⁵³ Beauvoir de S. Das Alter. Reinbek bei Hamburg, 1977:20.

⁵⁴ Prahl HW, Schroeter KR. Soziologie des Alterns. Paderborn/München/Wien/Zürich, 1996:77.

⁵⁵ Nühlen-Graab M. Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg-.Wiesbaden, 1990:23 ff.

Verlust der Fähigkeit, selbst für den eigenen Lebensunterhalt sorgen zu können, durch gesellschaftliche Kategorien bestimmt.⁵⁶ Ein bestimmender Punkt für die Definition dieser Lebensaltersstufe war z.B. die Übernahme des Altenteils in einer bäuerlichen Gesellschaft bzw. ist in Industriegesellschaften, in denen die Mehrzahl der Berufstätigen in abhängigen Beschäftigungsverhältnissen steht und in denen eine öffentlich/staatliche Ruhestandsregelung eingerichtet ist, der durchschnittliche Zeitpunkt des Ausscheidens aus dem Arbeitsprozess.⁵⁷ Dabei sind die für den letzteren Fall jeweils gültigen juristischen Festsetzungen der Altersgrenzen weder biologisch noch sozial zwingend, sondern ergeben sich aus Faktoren der absehbaren Finanzierbarkeit von Renten und Pensionen und der notwendigen Freimachung von Arbeitsplätzen für den Nachwuchs.⁵⁸

Der Begriff "Altern" legt den Schwerpunkt der Betrachtungsweise auf den Prozess des Alterns an sich, d.h. auf diejenigen Mechanismen, die zum Alter führen und die das Altwerden begründen.⁵⁹

Doch auch schon dieser Begriff an sich entzieht sich einer genauen Definition. Altern kann als ein lebenslanger Prozess begriffen werden, der bei der Geburt einsetzt und somit auch Aufbau und Fortentwicklung beinhaltet oder er kann als ein Prozess begriffen werden, der in einem Linienmodell nach dem Höhepunkt des Lebens einsetzt und ständigen Abbau und Verlust bedeutet.⁶⁰

Auch Deutung und Interpretation des Alternsprozesses, als pathologischen oder nicht-pathologischen Prozess, sind im historischen Verlauf im Zusammenhang mit den Alternstheorien ebenfalls starken Schwankungen unterworfen.⁶¹

2.2. Alternstheorien

In der Kulturgeschichte lassen sich durchgängig zwei Theorien vom Altern erkennen, die zu unterschiedlichen Zeiten mit wechselnder Ausprägung gesellschaftliche Gültigkeit und Akzeptanz erfahren haben.

⁵⁶ Rosenmayr L, Rosenmayr H. Der alte Mensch in der Gesellschaft. Reinbek bei Hamburg, 1978:24-25.

⁵⁷ Nühlen-Graab 1990:27.

⁵⁸ Siefer G. Demographische Grundlagen der Altersforschung. In: Döhner H, Freese, H, eds. Altersforschung 1985 – Beiträge zum allgemeinen Vorlesungswesen der Universität Hamburg. Deutsches Zentrum für Altersfragen e.V., Berlin, 1986:36.

⁵⁹ Baltes PB, Baltes M. Vorwort. In: Baltes P, Mittelstrass J, eds. Zukunft des Alterns und gesellschaftliche Entwicklung. Berlin, Akademie der Wissenschaften zu Berlin, 1992:9.

⁶⁰ Nühlen-Graab 1990:33.

⁶¹ Haug CV. Gesundheitsbildung im Wandel. Bad Heilbronn/Obb., 1991:22.

Zum einen wird Altern mit neuen Chancen und neuen Möglichkeiten des Lebens gleichgesetzt, in diesem Fall liegt ein "Aktivitäts- oder Kompetenzmodell des Alterns" vor, zum anderen wird Altern als Reduktion der Lebensmöglichkeiten interpretiert. Hier handelt es sich um ein "Defizitmodell des Alterns".⁶²

Innerhalb dieser beiden übergeordneten Theorien lassen sich weitere Entwicklungslinien von Alternsmodellen und -theorien und deren grundlegende Strömungen identifizieren, die versuchen, die Erscheinungen und Gegebenheiten des Alterns durch theoretische Ansätze zu erfassen und zu erklären.⁶³

Genannt seien hier beispielsweise der Übergang von der Lebenskraftaufbrauch-Theorie hin zur Theorie der Inaktivitätsatrophie, der Bedeutungsverlust des kalendarischen Alters bei der "Altersbestimmung" gekoppelt mit dem Bedeutungsgewinn des funktionellen Alters oder die Entwicklung der Definition "Alter ist ein Zustand" hin zu der Definition "Altern ist ein Prozess" sowie der Beginn einer multidisziplinären Sichtweise in der Gerontologie.⁶⁴

Weder in der Vergangenheit noch in der Gegenwart jedoch existiert das Alter bzw. existieren die alten Menschen als homogene Gruppe. Altern ist vor allem ein individueller Prozess, der sowohl durch genetische als auch durch lebensgeschichtliche Faktoren bestimmt wird und aus diesem Grunde auch dazu beiträgt, dass die individuelle Vielfalt mit dem Alter in der Tendenz zunimmt.⁶⁵

2.3. Altersbilder

Bilder von Dingen oder anderen Menschen dienen dazu, die gesellschaftliche Umwelt zu strukturieren zu erklären und vorhersehbar zu machen. Sie sind für die Wahrnehmenden eine Art Orientierungshilfe im Umgang mit anderen Personen. So sind Altersbilder diejenigen Bilder, die in einer gegebenen Gesellschaft zu einem gegebenen Zeitpunkt über das Alter, d.h. die Gruppe der alten Menschen vorherrschend sind. Diese Altersbilder entstehen zum einen aus den bestehenden Alternstheorien und der Altersrealität, zum anderen aber entstehen sie auch durch eine sich ständig wandelnde Wechselwirkung zwischen diesen Faktoren.⁶⁶ Die Alternstheorie bestimmt die Altersrea-

⁶² Backes GM, Clemens W. Lebensphase Alter. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Altersforschung, Weinheim und München, 1998:114.

⁶³ Voges W. Soziologie des höheren Lebensalters. Augsburg, 1993:35.

⁶⁴ Prah/Schroeter 1996:278.

⁶⁵ Niederfranke A. Das Alter ist weiblich. Frauen und Männer altern unterschiedlich. In: Funkkolleg Altern – Studienbrief 4. Deutsches Institut für Fernstudienforschung an der Universität Tübingen. Tübingen, 1996:17.

⁶⁶ Vgl. Tews HP. Altersbilder. KDA-Schriftenreihe „Forum“, Bd. 16. Kuratorium Deutsche Altershilfe. Köln, 1991.

lität und die Altersbilder, aber die Altersbilder bestimmen gleichzeitig auch die Altersrealität und die Alternstheorien.⁶⁷

Altersbilder werden geprägt durch:

- die täglichen Wahrnehmungen und die Darstellung des Alters und der alten Menschen in den Medien,
- die Darstellung in der Kinder- und Jugendliteratur, der religiösen Literatur usw.,
- persönliche Kontakte zu alten Menschen,
- Selbstdarstellung und Repräsentanz älterer Menschen in unserer Gesellschaft.⁶⁸

Ein sehr wichtiger Faktor in diesem Wechselspiel ist das Bild, das vom Körper des alten Menschen besteht.⁶⁹

Der menschliche Körper ist im Prozess des Alterns Veränderungen unterworfen, die in ihrem Resultat zu einer Ablehnung durch die Person selber aber auch durch andere Personen führen können.⁷⁰ Auch die Einheit eines Menschen mit seinem Körper kann durch den Alterungsprozess zerstört werden, wenn das Altwerden die bisher mögliche Koordination zwischen Körper und Geist verhindert, wenn also der Geist und der Körper nicht zu gleicher Zeit und in gleichem Maße altern.⁷¹

2.4. Die Lebenserwartung des Menschen

Die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen hat sich zwar um ein Vielfaches erhöht, doch seine maximale Lebenszeit ist nicht gestiegen. Schon in der Antike gab es Menschen, die ein Lebensalter von über 80 Jahren oder sogar 100 Jahren erreichten, obwohl die durchschnittliche Lebenserwartung aufgrund der hohen Säuglings- und Kindersterblichkeit sehr niedrig war. Menschen, die ein hohes Alter erreichten, bildeten die Ausnahme.

Erst seit Beginn des 20. Jahrhunderts begann durch den Rückgang der Säuglings- und Kindersterblichkeit sowie der allgemeinen Hygienebildung und der besseren medizinischen Versorgung die durchschnittliche Lebenserwartung zu steigen und dadurch auch

⁶⁷ Gaida 1997, (<http://pflege.klinikum-grosshadern.de/campus/alter/bilder/inhalt.html>, 27.10.05)

⁶⁸ ebd.

⁶⁹ Rudolph M. Alter und Körper. In: Lenz K, Rudolph M, Sickendiek U, eds. Die alternde Gesellschaft. Weinheim und München, 1999:196.

⁷⁰ Hazan H. Körperbild und sozialer Kontext. In: Glöckenhahn G./Kondratowitz von HJ. Alter und Alltag. Frankfurt/Main, 1988:306.

⁷¹ de Beauvoir 1977:268.

der Anteil der alten Menschen an der Gesamtbevölkerung⁷², die eigentliche maximale Lebensspanne eines Menschen aber hat sich nicht vergrößert⁷³, wie aus folgender Tabelle (Tab. 1) ersichtlich wird.

Tab. 1: Prozentualer Anteil der über 65-Jährigen an der Gesamtbevölkerung⁷⁴

	über 65-Jährige (%)	über 80-Jährige (%)	über 95-Jährige (%)
1910	5,0320	0,4881	0,0023
1925	5,7580	0,5359	0,0021
1933	7,0937	0,7104	0,0028
1939	7,9151	0,8231	0,0037
1950	9,4305	1,0030	0,0384
1970	13,8077	1,9681	0,0169
2001	17,0617	3,9359	0,1528
2006⁷⁵	18,89%	4,001	0,175

Quelle: Statistisches Bundesamt

2.5. Gesundheit und Krankheit

Immer wieder im Verlauf der Geschichte wird der Alterungsprozess - in Abhängigkeit vom herrschenden Weltbild – auch mit Krankheit und/oder Gesundheit in Beziehung gesetzt, d.h. als ein pathologischer Prozess oder als Krankheit begriffen oder als nicht-pathologischer, natürlicher Prozess verstanden.⁷⁶ Die jeweils gültige Alternstheorie steht demzufolge in einer Wechselbeziehung auch zum jeweiligen historischen Verständnis von Gesundheit und Krankheit, deren ärztliche, technische oder philosophische Definition sich vielfach verändert hat und damit auch die Gesundheits- oder Krankheitskonzepte, die ebenfalls im historischen Verlauf großen Änderungen unterworfen waren und sind. Gerade das Konzept der Gesundheit ändert sich mit dem kulturhistorischen Kontext und orientiert sich in der Regel an Idealbildern, dabei scheint die Definition der Gesundheit so schwierig, dass viele Ärzte, Philosophen oder auch Literaten, die sich mit diesem Thema beschäftigten, auf sie verzichteten und lediglich ihre Vorteile priesen.⁷⁷

⁷² Feichtinger G. Altersstrukturen, Lebenserwartung und Familienzyklus - Grundlagen der Demographie. In: Rosenmayr L, ed. Die menschlichen Lebensalter – Kontinuität und Krisen. München u.a.,1978:130.

⁷³ Nühlen-Graab 1990:31.

⁷⁴ 1910 – 2006: Auskunft des Statistischen Bundesamtes.

⁷⁵ 2006: Geschätzte Zahlen.

⁷⁶ Dieser Zusammenhang wird später zu den einzelnen Epochen noch ausführlich dargestellt werden.

⁷⁷ Bergdolt K. Leib und Seele, München, 1999:11.

Ähnlich unterschiedlich wie die Interpretationen des Zustandes der Gesundheit, sind auch die Versuche, den Zustand der Krankheit, zu erklären. So wurde Krankheit z.B. zu unterschiedlichen Zeiten interpretiert als eine Strafe Gottes, als Ungleichgewicht der im Körper vorhandenen Säfte oder aber als beeinflussbarer biologisch-chemischer Vorgang. Heutzutage wird Krankheit begriffen als ein pathologischer und fortschreitender Prozess, der sich über eine bestimmte Zeitspanne hinzieht und der, bei fehlendem Eingreifen, irgendwann nicht mehr umkehrbar ist und so die Voraussetzung für das Nicht-Vorhandensein von Gesundheit bildet.⁷⁸

2.6. Prävention und Gesundheitsförderung

Maßnahmen zur Vermeidung eines schlechteren als des aktuellen Gesundheitszustands werden in unserer derzeitigen historischen Epoche als Prävention bezeichnet. Maßnahmen zur Verbesserung des bestehenden Gesundheitszustands als Gesundheitsförderung. Sowohl Prävention als auch Gesundheitsförderung sind nach heutigem Verständnis Maßnahmen, die Gesundheit und Lebensqualität des Einzelnen bis ins hohe Alter zu erhalten. Während die Prävention auf den krankheitsverhütenden Aspekt fokussiert, bemüht sich die Gesundheitsförderung um Analyse und Stärkung von Gesundheitspotentialen einschließlich der Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen.⁷⁹

Prävention und Gesundheitsförderung sind gleichzeitig individuelle und auch gesellschaftliche Prozesse, denn die Gesundheit der Menschen ist in einem sehr hohen Maße auch von den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen abhängig und nicht allein von den rein individuellen Bemühungen oder von den Leistungen der reinen medizinischen Versorgung und Vorsorge.⁸⁰

2.7. Diätetik

Das Konzept der Diätetik geht auf die antiken Diätetik-Theorien von Hippokrates zurück, die später dann von dem in Rom praktizierenden griechischen Arzt Galen (129-199) aufgegriffen und weiter ausgearbeitet wurden und ist auch heute noch ein Sammelbegriff für Maßnahmen, die sich mit gesunder Lebensweise in seelischer und kör-

⁷⁸ Haug 1991:34.

⁷⁹ Rosenbrock R, Gerlinger T. Gesundheitspolitik. Eine systematische Einführung. Berlin, 2004:19 ff.

⁸⁰ Ebd.

perlicher Beziehung und damit mit Krankheitsvorbeugung und Krankheitsheilung befassen. Benutzt wurde der Begriff „Diätetik“ an sich jedoch erst im siebten Jahrhundert nach Christus.⁸¹

Durch eine gesunde Lebensführung werde, so Galen, durch die Beachtung der „sex res non naturales“ (Licht und Luft, Essen und Trinken, Bewegung und Ruhe, Schlafen und Wachen, Stoffwechsel, Gemütsbewegung) ein langes Leben erreicht, das frei von Krankheit und verfrühtem Tod sei. Im Mittelpunkt der Diätetik steht dabei das auf Aristoteles zurückgehende griechische Ideal des Maßvollen.⁸²

⁸¹ Haug 1991:15.

⁸² Bergdolt 1999:38.