

A decorative graphic consisting of a green circle in the top left corner and a horizontal green line extending across the top of the slide, tapering off to the right.

# Alter und Trauma

Peter Liebermann

# Häufigkeit traumatischer Erfahrungen

In einer repräsentativen Befragung unter Älteren fanden Spitzer et al. 2008

76,5 % irgendeine traumatische Erfahrung

39,7 % Kriegserfahrung

15,4 % körperliche Angriffe

18,2 % Gefangenschaft/Folter

15,3 % lebensbedrohliche Erkrankungen

41,7 % unerwarteter Tod geliebter Menschen

# Prävalenz der Posttraumatischen Belastungsstörung

- Holocaust-Überlebende 50-65 %
- Ehemalige Soldaten 7-29 %
- Kriegsgefangene 29- 48 %
- Misshandelt als Pflegebedürftige ?

# Wie arbeitet der Verstand / das Gehirn im täglichen Leben und bei Bedrohung?

Panksepp, 1998: Die Evolution hat „emotional – arbeitende Systeme“ erschaffen:

psychobiologische Systeme, die nur eine begrenzte Flexibilität bei Reaktionen haben



Fortpflanzung



Spielen



Bindung  
(Kind → Eltern,  
Eltern → Kind)



Erforschen -  
Neugierde

## Aktionssysteme für alltägliches Funktionieren:



Freundschaft



Soziale Rangordnung



Energieversorgung,  
Nahrungsaufnahme

Panksepp, 1998  
nach Helga Matthess

# Zwei physiologische Systeme

---

- Sympathikogene Reaktionen
- Erregungs- und Übererregungsreaktionen
- Parasympatikogene (vagale) Reaktionen
- Gedämpfte und zu wenig Erregung



Wachsamkeit  
Aufregung



Angst



Flucht



Wut

Sympathikogene  
Reaktionen



Einfrieren



Kampf

nach Helga Matthess



Unterwerfung



*Das Opossum  
ist nicht tot*

Totstellreflex

## Parasympatiko gene (vagale) Reaktionen



Unterwerfung

nach Helga Matthes

# Trauma

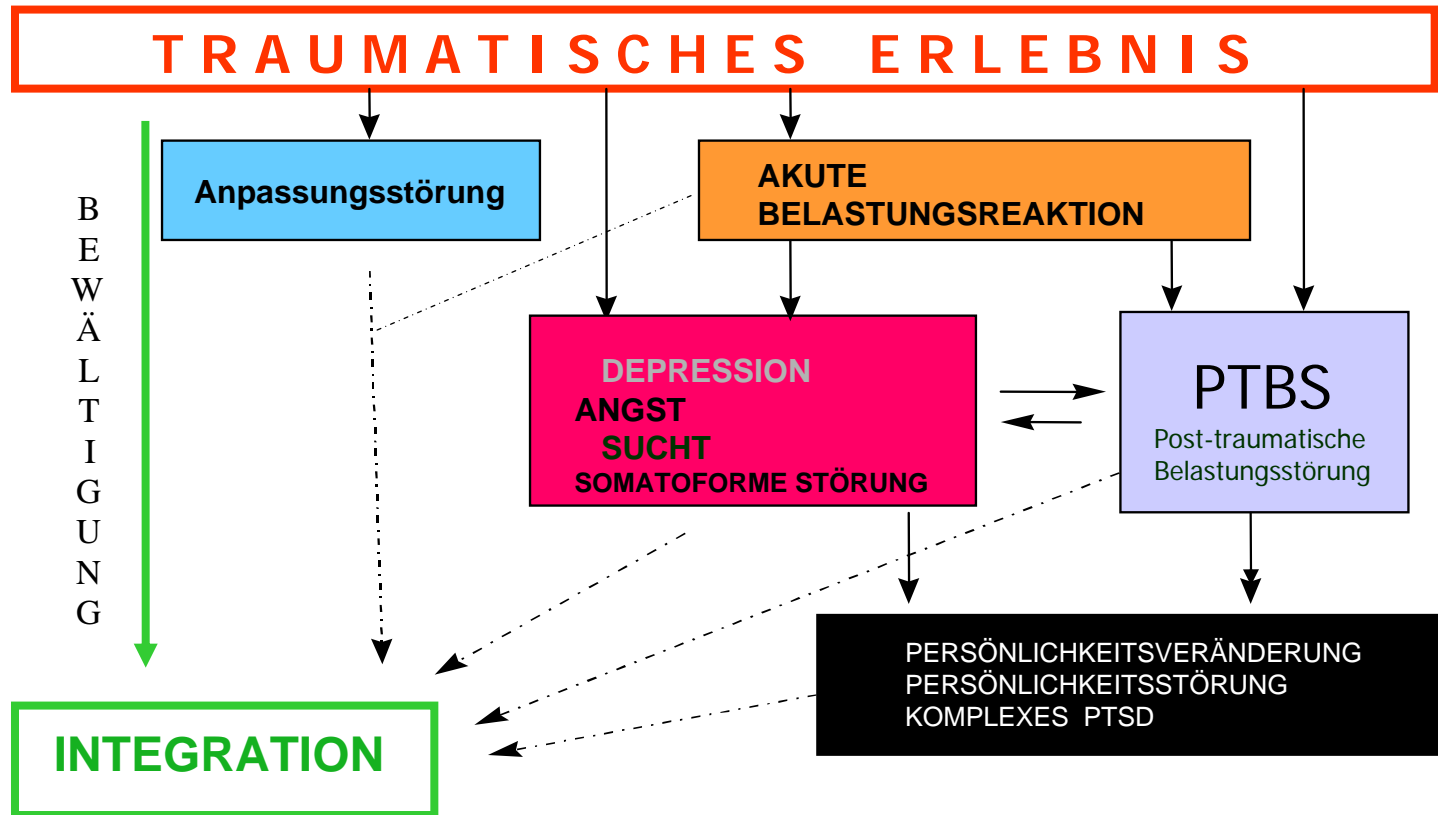
---

Das Erleben von  
Hilflosigkeit und Ohnmacht  
ist das zentrale Kennzeichen  
traumatischer Situationen.

# Posttraumatische Belastungsstörung

- **Ereigniskriterium**
- **Intrusionen**
- **Vermeidungsverhalten**
- **Angst/Übererregung**
- **Beeinträchtigung im sozialen und beruflichen Bereich**
- **Dauer: > 1 Monat**

# Übersicht traumatischer Folgereaktionen



Leitlinie der AWMF; Flatten et al., 2004:  
<http://www.awmf-online.de>

# Traumafolgen

- PTBS
  - sofort
  - verzögert
  - reaktiv
- komplex PTBS
- beschleunigte Alterung

# Alterung

---

- Hospitalisierung
- Krankheit
- Lebenswirklichkeit
- Verlust
- veränderte soziale Situation

# Folgen traumatischer Erlebnisweisen für Ältere - Erklärungsmodelle

- Ältere sind schwach und verletzlich  
Schlechtere Copingstrategien  
Hohes Risiko in der Bewältigung  
traumatischer Erlebnisse
- Größere Widerstandsfähigkeit
- Vulnerabilität und Widerstandsfähigkeit  
nicht altersabhängig

# Langzeitfolgen eines Psychotraumas im Alter

- Isolierte Symptome
- (inkomplette) PTBS
- Persönlichkeitsveränderungen
- Depression
- Abhängigkeitserkrankungen
- Angststörungen, Zwangserkrankungen

# Alpträume

Schreuder et al 2000

	Posttrauma Anxiety dreams only	Posttrauma Nightmares only	Both	Total
(Almost) every night	1	6	14	21
1-2 x/week	10	7	39	56
1-2x/month	13	11	25	49
Total	24	24	78	126

# Alpträume 2

Schreuder et al 2000

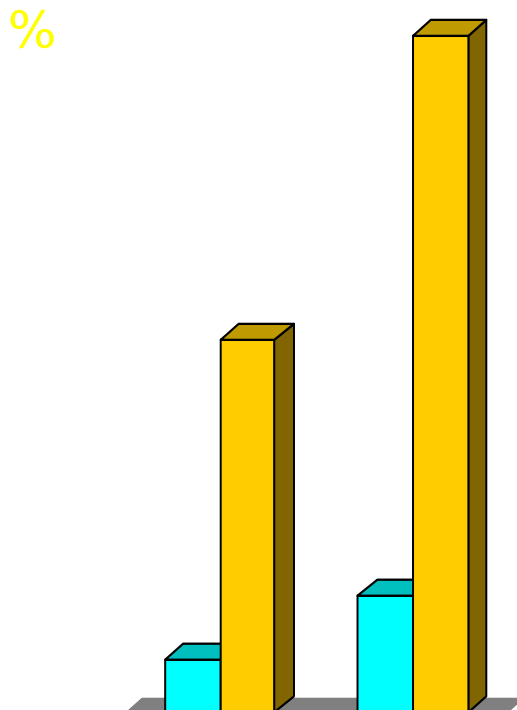
	Symptome seit Krieg	n	%
Kein symptomfreies Intervall		56	44.4
	unverändert	16	29
	verändert	7	13
	ansteigend	27	49
	absteigend	6	9
symptomfreies Intervall		70	55.6

## Ältere israelische Holocaustüberlebende reagieren sensibler auf die Auswirkung des ersten Golfkrieges

	Holocaustüberlebende (N=61)		Kontrollgruppe (N=132)	
	Mean	SD	Mean	SD
Wahrnehmung von Gefahr	-0,2	0,9	0,5	0,5
Psychische Belastung	42,9	11,9	33,0	33,0
Angststate	47,4	13,2	36,5	36,5
Angsttrait	50,3	10,4	41,5	41,5

Solomon  
1999

# PTBS und partielles PTBS bei Älteren in der Schweiz



## *Gesamtprävalenz*

0.7 % PTBS (N = 4)

4.2 % partielles PTBS (N = 24)

## *Häufigst Traumata*

12.5 % schwere Unfälle

11.2 % physische Gewalt

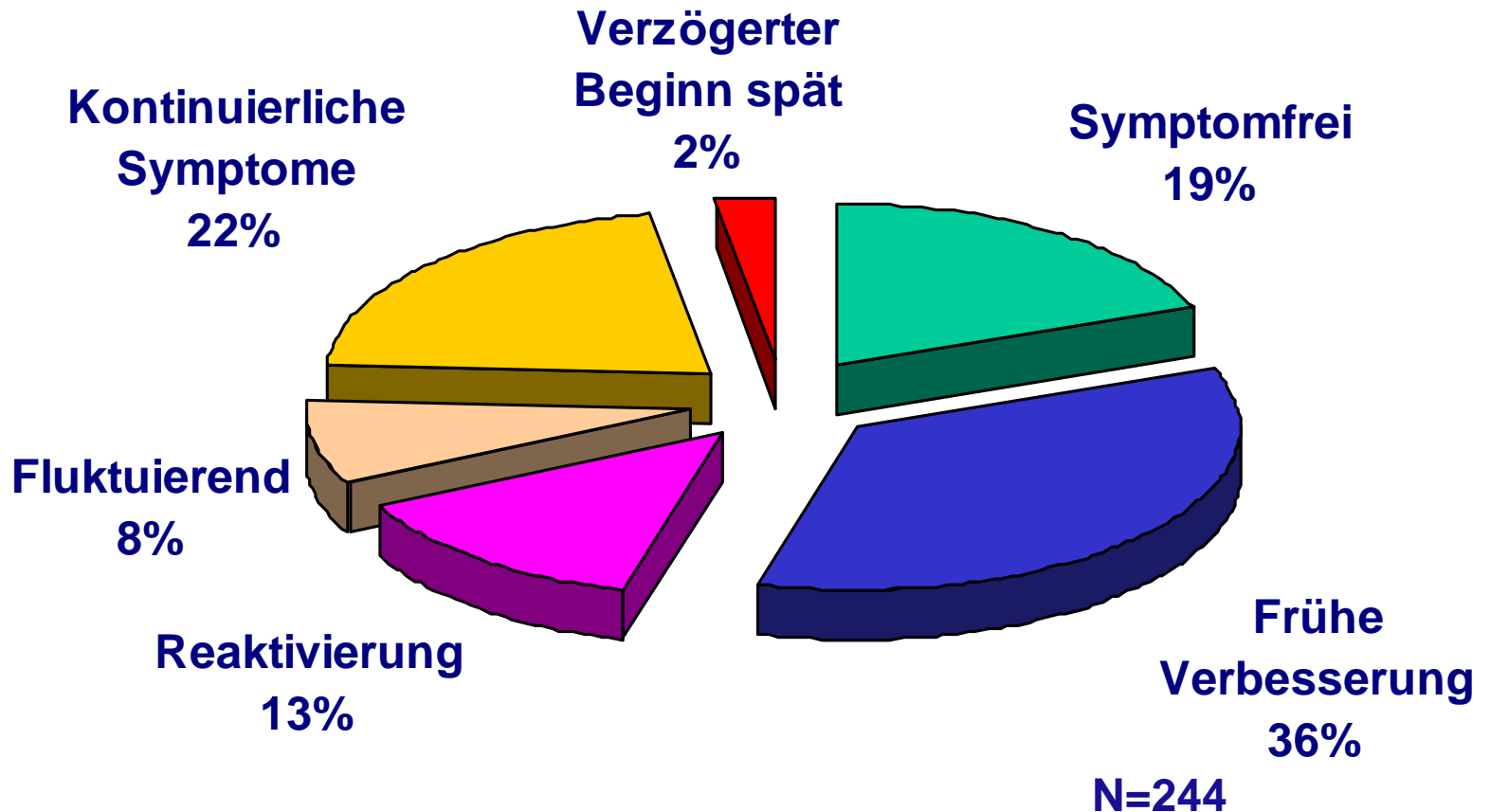
10.9 % Kriegsereignisse

7.9 % Zeuge eines Traumas

3.3 % sexueller Mißbrauch als Kind

36.3 % irgendein Trauma

# Langzeitverlauf der PTBS bei Kriegsgefangenen



(Port et al., 2001)


# Kinderüberlebende der Shoah im Vergleich zu einer Kontrollgruppe

- Intrusion
- Vermeidung
- Gerechtigkeit
- Kontrolle
- Glück
- Versagen
- Nicht unterschiedlich im Glauben an das Gute in der Welt, Gute in Menschen, Erfolg

Cohen et al. 2001

# Remigranten

- Misstrauen
- Fremdheit
- Vermeidung
- Verdrängung
- Verlust
- Wut
- Schuld
- Hoffnung
- Verpflichtung

A decorative graphic consisting of a green circle in the top-left corner and a horizontal green line that tapers to the right, spanning the top of the slide.

Brauchen wir besondere  
Konzepte?

# Potentielle Trigger für NS-Verfolgte 1

<b>Trigger</b>	<b>Reaktion</b>	<b>Intervention</b>
Duschen Baden	Angst, Schreie Rückzug	Unterstützung, Respekt vor Nacktheit
Angst vor fremden Toiletten, Gerüche (Kot, Urin, usw.)	Weigerung, unerwünschte Reaktion	Reinigung, Gestaltung der Räume
Fehlende Privatheit, Enger Raum	Rückzug, Geheimnisse	Soviel Privatheit wie möglich
Anamnesen	Weigerung, Depression	Empathie
Medizinische Maßnahmen, Rasieren, Haare schneiden, Spritzen	Weigerung, Angst, Misstrauen, Wut	Erklären, Zeit nehmen, Normalisieren, Unter- schiede verdeutlichen
Identifikationsbänder Krankheit, Unwohlsein	Entfernen, Weigerung Verleugnung	Vermeiden Nicht überreagieren

# Potentielle Trigger für NS-Verfolgte 2

Eingeschlossen sein,  
Fixierung

Blitzlichter,  
Untersuchungslampen

Verabschiedung von  
Angehörigen,  
Personalwechsel

Fremdsprachen

Laute Stimmen und Töne

Weinen, Schreien anderer  
Hunde

Aufstellen in Gruppen

Routinen, Zeitpläne

Flucht, Panik

Furcht, Angst,  
Weigerung

Depressive Reaktion,  
Rückzug, nicht  
Loslassen

Misstrauen, Angst

Misstrauen, Angst

Misstrauen, Angst

Angst

Weigerung, Angst

Sabotage,

Offen, Kontrolle,  
Fixierung vermeiden

Meiden, Erklären

Unterstützung, keine  
Versprechen  
Vorbereitung

Erklären, persönliche  
Beziehung

Ruhige Stimme

Kümmern

Vorsicht, auch positiv

Vermeiden

Erklären, Flexibel sein

# Potentielle Trigger für NS-Verfolgte 3

**Essenszeiten,  
Fehlendes Essen, Hunger**

**Feiertage**

**Symbole**

**Sirenen, Alarmglocken,  
Pfeifen**

**Nacht, Dunkle Räume**

**Musik**

**Finanzen**

**Ortswechsel**

**Weitergehende Planung**

**Horten, Verstecken,  
schnell Essen,  
Unzufriedenheit**

**Erwartungsangst,  
Nichtteilnahme**

**Unerwünschte Reaktion**

**Extreme Angst**

**Extreme Angst**

**Angst, Weigerung**

**Überreaktion, Weigerung**

**Angst**

**Weigerung zu diskutieren**

**Konsistenz,  
Verfügbarkeit,  
Verspätung erklären**

**Individualisierung**

**Sensibilität,  
Erklären**

**Beleuchtung**

**Trigger identifizieren**

**Sensibilität**

**Vorbereitung**

**Sensibilität**