«In Japan gründen viele noch mit 70 eine Firma»

Hundertjährige sind eigentlich nichts Neues, oder? Langes und aktives Alter gab es schon immer – natürlich als grosse Ausnahmen. Ein Kolumban Russi, Lehrer in Andermatt, unterrichtete 71 Jahre lang. Als er 1907 starb, war er 102 Jahre alt. Heute verdoppelt sich die Bevölkerungsgruppe der Hundertjährigen alle zehn Jahre.

Ihre Wissenschaft weiss recht genau, wie rasch die Lebenserwartung zunimmt. Sie steigt bei uns um etwa vier Stunden pro Tag, also um zwei Monate pro Jahr. In zehn Jahren dürfte die Lebenserwartung somit ein Jahr und acht Monate höher sein. Das sind natürlich statistische Spielereien. Was die Schweiz betrifft, wird sich die Steigerung abflachen, denn mit einer Lebenserwartung von über 80 Jahren für Frauen und Männer haben wir bereits ein hohes Niveau erreicht und sind europäische Spitze – zusammen mit Italien und Teilen von Spanien.

Die Gründe, warum wir länger leben, sind vielfältig. Welches sind die wichtigsten? Die bessere und ausgewogene Ernährung ist die grösste Errungenschaft. Frühere Methoden der Haltbarmachung von Lebensmitteln – pökeln, räuchern – waren ungesund, es wurde viel Fusel getrunken. Magenkrebs war häufig. Man hat heute luftige Wohnungen, gute sanitäre Anlagen, Hygiene ist gewährleistet. Früher endeten Blinddarm- oder Mittelohrentzündungen oft mit dem Tod. Heute stirbt man im groben Durchschnitt nur noch am Alter, der Körper mag nicht mehr, er ist abgenutzt. Wer Vorfahren hat, die alt wurden, darf sich wahrscheinlich entsprechender Gene erfreuen. Auch tödliche Unfälle geschahen früher, relativ gesehen, viel häufiger.

Strapaziert denn das lange Leben so vieler Menschen nicht den Generationenvertrag? Diese Gefahr lauert. Unter anderem arbeiten wir gerade an einer Studie, die die Auswirkungen der demografischen Entwicklung auf die Sozialwerke und Pensionskassen untersucht. Was sind die Folgen für die Jungen? Vor 50 Jahren war der Generationenvertrag noch leicht zu erfüllen, nur wenige Menschen wurden richtig alt. Die aktuelle Herausforderung ist es jetzt, einen neuen Vertrag auszuarbeiten, der zwischen den finanziell Schwachen und finanziell Starken spielt. Wenn wir kurz nach Spanien schauen, wo es fünfzig Prozent Jugendarbeitslosigkeit gibt, wird klar, dass Generationensolidarität unter solchen Umständen gar nicht zu fordern ist.

Hans Groth, **Mediziner, 59, ist Verwaltungsratspräsident der WDA-Forum AG, jener Denkfabrik, die Ende August zum achten Mal das viertägige World Demographic & Ageing Forum an der Universität St. Gallen organisierte. Über 400 Teilnehmer aus 40 Ländern reisten an. Das WDA-Forum untersucht demografische Entwicklungen und ihre Auswirkungen in den Bereichen Gesundheit, Arbeitsmarkt, Finanzen und Wirtschaft, Mobilität, Infrastruktur und Innovationen. (www.wdaforum.org)**

Ist das Pensionsalter in der Schweiz nicht zu tief? Wenn Herr und Frau Schweizer in Pension gehen, haben sie schon so viel gearbeitet wie niemand sonst in Europa. Wir vom WDA-Forum sehen für die Schweiz eher eine Flexibilisierung des Pensionsalters. Wer will, soll länger arbeiten können, und mit entsprechenden Arbeitszeitmodellen sollte man dies den älteren Leuten auch leicht machen. Die Erfahrung und die Ausgeglichenheit älterer Menschen – um nur zwei Vorzüge zu nennen – werden hierzulande noch viel zu wenig geschätzt und genutzt.

Ganz anders in Japan. In wenigen Tagen bin ich wieder in Japan und werde erneut staunen dürfen. Es gibt dort sehr viele, die noch mit 70 eine Firma gründen. Oder sie führen ein Geschäft jener Art, wie sie bei uns wegrationalisiert werden, einen Tante-Emma-Laden oder eine Bäckerei. Man spürt, sie wollen ihre Biografie vital fortschreiben: «Ich bin pensioniert, Fortsetzung folgt.»

Alzheimer und Demenz stellen uns vor Herkulesaufgaben. Die Zahl der Demenzkranken wird sich allein in der Schweiz bis 2050 fast verdreifacht haben auf über 160 000. Diese Menschen dürfen nie an den Rand der Gesellschaft abrutschen. Wir gehen mit ihnen besser ins Café, statt sie mit einem Antidepressivum in einen Sessel zu setzen – auch wenn sie sich in der Öffentlichkeit etwas «anders» benehmen mögen, also für uns ungewohnt. Früher hat man Demente auch nicht versteckt. Tagtägliche Integration und Partizipation im gewohnten Umfeld ist für sie das Beste. Solange als möglich sollen sie eine gewisse Selbstverantwortung tragen und Aufgaben übernehmen. Das gibt Selbstwertgefühl, und die Wirkung dieses «Medikaments» ist noch lange nicht ausgeschöpft. Wir hoffen natürlich, dass wir weitere Fortschritte machen in der Prävention und zu Therapien finden, die über eine Symptombehandlung hinausgehen. Ohne innovative Lösungen wird der Bedarf an Pflegenden für eine 24-Stunden-Betreuung überdies in Höhen steigen, die unser Gesundheitswesen und schliesslich die gesamte Volkswirtschaft überfordern.

Wie alt möchten Sie werden? Sehr beweglich zu bleiben bis 90 – im doppelten Wortsinn –, das würde ich mir schon wünschen. Dann kommt wohl der Zeitpunkt, wo ich erkennen muss, «i gib starch ab». Und hoffentlich werde ich dann noch den Satz unterschreiben, den ich heute sage: Altern ist etwas Schönes, aber man darf nicht vor sich hin altern, man muss es bewusst tun und sich stets wieder ein Ziel geben.