

Gefährliche Schlafpillen für Senioren

Der Konsum von Beruhigungsmitteln hat bei älteren Menschen stark zugenommen. Die Folgen sind Abhängigkeit, Verwirrtheit und Unfälle

Pia Wertheimer
und Caroline Zuercher

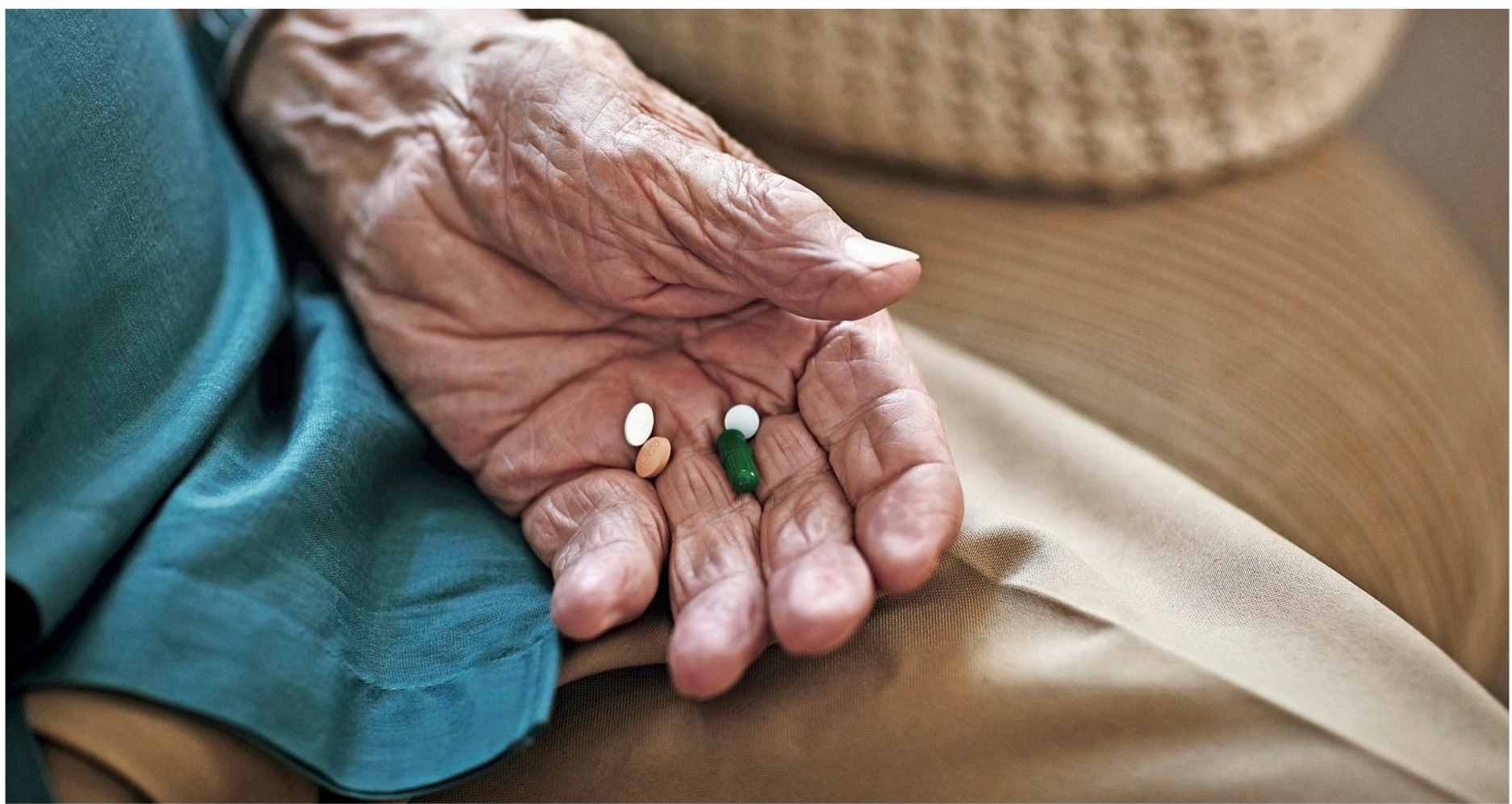
Lausanne Die Lausanner Universität hat zum ersten Mal in einer Studie den Schlafmittelkonsum in der Schweiz untersucht. Die Resultate zeigen, dass die Verschreibungen von Medikamenten, die den Wirkstoff Benzodiazepin enthalten, bei Senioren stark zugenommen haben. Bei den 65- bis 69-Jährigen konsumieren rund 16 Prozent die Beruhigungsmittel, bei den über 80-Jährigen sind es gar 26 Prozent.

Die Wissenschaftler stellen zudem fest, dass 16 Prozent der Betroffenen die Medikamente zu häufig und über einen zu langen Zeitraum schlucken. Und dies, obschon die Schweizerische Fachgesell-

schaft für Geriatrie empfiehlt, bei älteren Menschen «keine Benzodiazepine als Mittel der ersten Wahl gegen Schlaflosigkeit, Unruhezustände oder Verwirrtheit» zu verordnen. Experten warnen ebenfalls vor den gefährlichen Nebenwirkungen der Medikamente wie Abhängigkeit, Schwindel, Gangunsicherheit und Stürzen, die nicht selten mit Frakturen einhergehen. Aufgrund dieser Begleiterscheinungen komme es auch vermehrt zu Verkehrsunfällen.

Die Studie zeigt zudem, dass Frauen Benzodiazepine etwa doppelt so häufig konsumieren wie Männer. Ebenso zeigen sich beim Schlafmittelkonsum teils grosse regionale Unterschiede.

Schweiz — 9



Beruhigung in Tablettenform – mit Folgen für die Gesundheit
Foto: Getty Images

Senioren greifen häufiger zu Schlafmitteln

Mit fortschreitendem Alter nimmt der Konsum von Benzodiazepinen zu – bei Frauen stärker als bei Männern

Pia Wertheimer
und Caroline Zuercher

Zürich Nicole Breitenschmieds* Mutter war über 85 Jahre alt, mehrmals gestürzt und deswegen hospitalisiert worden, als sie von den verheerenden Folgen der Beruhigungsmittel erfuhr, die sie seit Jahrzehnten einnahm. Dass beispielsweise ihr immer unsicherer Gang daher rührte. «Mit 40 hat meine Mutter begonnen, Benzodiazepine einzunehmen», sagt Nicole Breitenschmied. «Wir hatten über all die Jahre hinweg aber keine Ahnung, welche Konsequenzen diese Beruhigungsmittel haben.»

Eine breit angelegte Studie der Universität Lausanne, die kürzlich in der Fachpublikation «BMJ Open» erschienen ist, fördert ein brisantes Phänomen zutage: Sie zeigt, dass viele Senioren zu Schlaf- und Beruhigungsmitteln greifen, in denen der Wirkstoff Benzodiazepin enthalten ist – und sie tun dies mit fortschreitendem Alter immer häufiger.

Anhand anonymisierter Daten der Krankenkasse Groupe Mutuel werteten die Wissenschaftler aus, wie viele der über 65-jährigen Ver-

sicherten in den Kantonen Aargau, Basel, Freiburg, Genf, Jura, Neuenburg, Tessin, Waadt und Wallis 2017 Benzodiazepine erhalten und wie lange sie diese eingenommen haben. Sie stellten fest, dass rund 20 Prozent der 69 005 Personen Medikamente wie Temesta oder Xanax konsumierten, in denen dieser Wirkstoff enthalten ist.

Zu hohe Dosis trotz Warnung der Fachleute

Die Resultate der vom Verein Swiss Medical Board in Auftrag gegebenen Studie zeigen zudem, dass die Zahl der Benzodiazepin-Verschreibungen mit dem Alter markant ansteigt: Während rund 16 Prozent der Senioren zwischen 65 und 69 diese Medikamente einnehmen, sind es bei den über 80-Jährigen 26 Prozent. Ebenfalls augenfällig ist, dass etwa doppelt so viele Seniorinnen wie Senioren Benzodiazepine konsumieren.

Die Wissenschaftler stellten auch fest, dass 16 Prozent der Betroffenen diese Mittel zu viel und über einen zu langen Zeitraum schluckten. Und dies, obschon die Schweizerische Fachgesellschaft für Geriatrie empfiehlt, bei älteren

Menschen «keine Benzodiazepine als Mittel der ersten Wahl gegen Schlaflosigkeit, Unruhezustände oder Verwirrtheit» zu verordnen.

Jürg Beer, Direktor und Chefarzt des Departements Innere Medizin am Kantonsspital Baden, geht noch weiter: «Älteren Menschen sollten möglichst gar keine Benzodiazepine verschrieben werden.» Denn die Nebenwirkungen dieser Medikamente haben es in sich: Abhängigkeit, Schwindel, Gangunsicherheit und Stürze, die

nicht selten mit Frakturen einhergehen, auch können Verwirrtheit und Atemnot auftreten. Expertisen belegen zudem, dass es aufgrund der Begleiterscheinungen vermehrt zu Verkehrsunfällen kommt. Besonders heikel ist laut Beer, dass just bei den Senioren unter anderem wegen des verlangsamten Stoffwechsels Nebenwirkungen wahrscheinlicher sind.

Er führt die hohe Anzahl von Verschreibungen unter anderem darauf zurück, dass es für einen

Arzt «sehr zeitaufwendig» und «oft nicht erfolgreich» sei, gemeinsam mit einem Patienten die Dosis von Benzodiazepin zu reduzieren. «Wer diese Mittel erstmals einnimmt, macht damit in der Regel zu Beginn positive und angenehme Erfahrungen», sagt er. Es brauche oft gute Überzeugungsarbeit vom behandelnden Doktor. Aber auch die Bereitschaft des Patienten, diese Präparate mit nicht medikamentösen Massnahmen zu ersetzen – etwa durch die Umstellung der Ernährung, der Lebensgewohnheiten und der Schlafhygiene. «Da ist es für den Arzt einfacher, dem Druck des an Benzodiazepine gewohnten Patienten nachzugeben», sagt Beer.

Die steigende Zahl der Verschreibungen mit fortschreitendem Alter der Patienten führt der Mediziner unter anderem darauf zurück, dass sich die Patienten an die Mittel gewöhnen und davon abhängig werden. Aber auch die mit den Jahren zunehmende Gebrechlichkeit spiele eine Rolle: «Andere Krankheiten sowie Schmerzzustände führen oft zu Schlafstörungen, die wiederum mit Benzodiazepinen bekämpft werden.»

Beer erstaunt nicht, dass gemäss der Studie mehr Seniorinnen als Senioren diese Medikamente einnehmen. Er stelle fest, «dass sich Frauen bei Angstzuständen oder Schlaflosigkeit in unserer Kultur eher mit Tabletten behelfen», während Männer in ähnlichen Situationen zur Flasche griffen.

Die Lausanner Analyse macht aber nicht nur geschlechtsspezifische, sondern auch geografische Unterschiede deutlich: Die untersuchten Kantone der Westschweiz schneiden markant schlechter ab als jene diesseits des Röstigrabens. So war für Versicherte im Wallis die Wahrscheinlichkeit dreimal höher, eine Verschreibung für Benzodiazepine zu erhalten, als für jene im Aargau. Das hat für Beer kulturelle Gründe: «Dieser Trend ist auch in Ländern wie Frankreich oder Italien zu beobachten», sagt er. Im Vergleich etwa zu Deutschland oder Österreich werden dort häufiger medikamentöse Therapien verschrieben. Und zwar nicht nur, wenn es um Benzodiazepine geht. Ähnlich verhalte es sich beim Verabreichen von Antibiotika.

*Name geändert

Verschreibungen nehmen mit Alter zu

