

MEDIENINFORMATION

Gegen die Einsamkeit im Alter

Einsamkeit ist äußerst gesundheitsschädlich, jedoch nicht immer einfach zu erkennen. Über das internationale EU Projekt Digi-Ageing forschte eine Studentin der FH Burgenland zu Digital Health Tools, die helfen sollen, Einsamkeit im Alter zu entdecken und ihr entgegenzuwirken.

Pinkafeld, 6. Februar 2024 – Neben psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder Angstzuständen erkranken einsame Menschen deutlich häufiger an Demenz, haben ein schlechteres Immunsystem und neigen zu Herz-Kreislauf-Problemen. Einsamkeit, vor allem im Alter, ist zu einem ernstzunehmenden Gesundheitsproblem geworden. Das EU-geförderte Projekt Digi-Ageing befasst sich mit sogenannten Digital Health Tools. Das sind in diesem Fall standardisierte Tests und Leitfäden für Gesundheits- und Pflegepersonal, die dabei helfen sollen, das Risiko für Einsamkeit bei älteren Patientinnen und Patienten einzuschätzen. Leonie Cammerlander, Absolventin des Masterstudiengangs Gesundheitsmanagement und Integrierte Versorgung der FH Burgenland, evaluierte im Rahmen ihrer Masterarbeit die in der Pilotphase des Projekts eingesetzten Tools für Gesundheits- und Pflegepersonal. Ihre Erkenntnisse präsentierte sie unter anderem auf einer internationalen Konferenz.

Der Loneliness quick check

Bei alten Menschen zählen Pflegepersonen bzw. medizinisches Personal oft zu den einzigen Kontaktpersonen. Neben der medizinischen Versorgung soll dieses Fachpersonal in Zukunft auch noch stärker auf die Komponente Einsamkeit eingehen. Dazu stehen standardisierte digitale Tests, wie etwa der Loneliness quick check oder der detailliertere UCLA-Test zur Verfügung, mittels denen das „Einsamkeitsrisiko“ der Patient*innen eingeschätzt werden kann. Stellt sich das Risiko als hoch heraus, tritt ein Interventionsplan in Aktion. Denn, gut geschultes Pflegepersonal hat zahlreiche Möglichkeiten, einsame Patient*innen zu unterstützen. Genau mit der Umsetzbarkeit dieser Maßnahmen und der Benutzerfreundlichkeit der angebotenen Tools setzte sich Leonie Cammerlander auseinander.

Litauen als Vorreiter in der Digitalisierung, Österreich hinkt hinterher

Ihr Fragebogen, mit dem sie Pflegepersonal aus den fünf Projekt-Partnerländern Italien, Spanien, Zypern, Litauen und Österreich befragte, wurde in sechs Sprachen übersetzt und insgesamt 142 Mal ausgefüllt. „Österreich hat leider nicht so gut abgeschnitten. Vor allem, weil wir mit der Digitalisierung im Pflegebereich nicht so weit sind“, berichtet die Absolventin. Zypern etwa sei uns hier weit voraus. „Unter anderem ist es dort auch schon eher etabliert, Einsamkeit zu bearbeiten. Besonders gut war die Bewertung in Litauen, weil dort die Expert*innen aus dem Gesundheits- und Pflegebereich im Durchschnitt viel jünger waren.“ In Italien andererseits sei die Digitalisierung sehr wenig fortgeschritten. Die Pflegekräfte waren viel älter und hatten mit der Benutzerfreundlichkeit Schwierigkeiten.

Schulung des Personals ist essenziell

Die Aus- und Fortbildung des Gesundheitspersonals im Umgang mit Digital Health Tools stellt einen wichtigen Baustein dar, um zukünftigen Herausforderungen gerecht zu werden, so lautet ein Fazit Cammerlanders. „Das Ziel wäre es, diese Screenings standardmäßig durchzuführen und in der Bevölkerung das Bewusstsein dafür zu

schärfen, wie schädlich Einsamkeit für die Betroffenen ist. Für die junge Absolventin war das Arbeiten in einem so großen länderübergreifenden Forschungsprojekt eine einzigartige Erfahrung.

Einsamkeit muss nicht sein

Zahlreiche Initiativen bemühen sich, Augenmerk auf das Phänomen der Alterseinsamkeit zu lenken. Einrichtungen wie etwa die „[Vollpension](#)“ in Wien laden zum Kaffeetrinken oder gemeinsamen Kochen ein. Doch das Problem muss nicht „ausgelagert“ werden. Folgende Maßnahmen, um Einsamkeit entgegenzuwirken, können wir alle im Umgang mit Betroffenen ergreifen:

- Regelmäßigen Kontakt pflegen und halten: z.B. auf einen Kaffee zu Besuch kommen, regelmäßig (Video-) telefonieren...
- Die ältere Person dazu ermutigen, schöne Erinnerungen zu teilen und sich dazu das Internet zu Nutze machen:
 - Was war meine Lieblingsspeise? – ev. Rezept aufspüren und gemeinsam nachkochen
 - Was war mein Lieblingslied?
 - Was war mein Lieblingsort, Geburtsort, liebster Urlaubsort? (Google Maps)

Leonie Cammerlander ist im digitalen Krankenhausmanagement tätig und betreut das Informationssystem des Rudolfinerhauses in Wien. Ihre Masterarbeit aus dem Studiengang Gesundheitsmanagement und Integrierte Versorgung wurde betreut von Studiengangsleiter Peter Mayer. Das EU Projekt Digi-Ageing wird weiter fortgesetzt. Interessierte erhalten [hier](#) weitere Informationen.

Mehr zum Studiengang

Masterstudium Gesundheitsmanagement und Integrierte Versorgung - 4 Semester; Akademischer Grad: Master of Arts in Business – MA; Organisationsform: berufsbegleitend (in der Regel alle zwei Wochen Freitag und Samstag von ca. 8.30 bis ca. 18.30 Uhr), pro Semester eine Präsenzwoche; Studienplätze: 24; Studienort: Pinkafeld; Unterrichtssprache: Deutsch; Studiengebühren: keine. Absolventinnen und Absolventen übernehmen Führungspositionen in Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens (Krankenhäuser, Rehabilitationskliniken, Kuranstalten, ambulanten Diensten, Gebietskörperschaften, Gemeinschaftspraxen, Gesundheitsorganisationen, Langzeitbetreuungseinrichtungen, Pflegeeinrichtungen, Beratungsstellen, Sozialversicherungsträgern) als Manager*in im Gesundheits- und/ oder Sozialwesen, im Krankenhausmanagement, an der Schnittstelle zwischen stationärer und ambulanter Betreuung, in der zentralen Koordination im Bereich der Sozialen Arbeit, in Lehre, Forschung und Entwicklung.

Die Anmeldung für einen Studienstart im Herbst 2024 ist bereits möglich. www.fh-burgenland.at

Rückfragehinweise:

Mag.^a Christiane Staab

Marketing & Kommunikation

Fachhochschule Burgenland GmbH

Tel: +43 (0)5 7705 3537

E-Mail: christiane.staab@fh-burgenland.at