

MODERNE ALDRINGSFORVIRRING OG GAMMEL VISDOM

Bernard Jeune

Gerontologi og samfund bragte i maj 2001 to artikler om det aldrende samfund under temaet *Alderdømmens demografi*. Her følger en debatterende artikel hvor de meget forskellige perspektiver på aldringen som findes hos fx biologer, økonomer, demografer og epidemiologer, sættes i forhold til hinanden. Med inspiration fra citater af en række gamle, græske filosoffer diskuteres nutidige opfattelser af aldring og alderdom, livsforlængelse, forsørgelsesbyrde.

Bernard Jeune er epidemiolog, lektor og institutleder for Institut for Sundhedstjenesteforskning samt leder af Center for Aldringsforskning, Syddansk Universitet i Odense.

Gerontologi og samfund 2002; 18: 1, 15-17

BIOLOGER OG ØKONOMER

Debatten om det aldrende samfund præges af forskellige opfattelser af aldringen, dens årsager og dens følger. Der er meget langt mellem de aldringsbegreber som henholdsvis biologer og økonomer anvender. Medens de første ser på aldringen som et komplekst, biologisk fænomen, der nysgerrigt udforskes, ser de sidste på aldringen som en forsørgelsesbyrde, hvis omkostninger for samfundøkonomien udregnes. Mens de første ser med optimisme på aldringens nye udfordringer, ser de sidste med bekymring på ældrebefolkningens stigning. Mens de første ofte ser positivt på fremtidens muligheder for livsforlængelse, ser de sidste ofte negativt på følgerne heraf.

Begge opfattelser afspejler formodentlig noget af sandheden, selvom de er vidt forskellige, og selvom biologer og økonomer taler forbi hinanden. Begge opfattelser præger også den almindelige offentlighed, heriblandt det personale, som arbejder i ældresektoren, og de politikere, som har ansvaret for denne sektors resurser.

HISTORISK BØLGEANG

Dette er ikke noget nyt fænomen, det har bølget frem og tilbage i årtusinder. I nogle

perioder har den optimistiske opfattelse haft overhånd, i andre perioder den mere fatalistiske opfattelse. I det meste af historiens forløb har den dominerende opfattelse dog været, at de ældre mest var til besvær. I forhistorisk tid var de ældre så meget til besvær, at de enten måtte aflives, eller måtte tage livet af sig selv.

GRÆSKE FILOSOFER

Ligesom inden for andre områder blev tilsyneladende moderne opfattelser om aldringen allerede udtrykt af de gamle grækere, som fx af de græske filosoffer *Platon* og hans elev *Aristoteles*. I indledningen til Platons hovedværk *Staten* besøger *Sokrates* sammen med de unge, han altid omgav sig med, oldingen *Kefalos*, som er på »alderens tærskel«. For Sokrates er det en fornøjelse at tale med »folk, der er gået forud ad en vej, som vi også skal gå, om hvordan den vej er, om den er ujævn og besværlig, eller om den er let og fremkommelig«. Også Kefalos nyder samtalen, for »efterhånden som de legemlige nydelser bliver svagere, så tiltager i samme grad den lyst og glæde, som samtaler har at byde på«.

ALDERDOM ELLER PERSONLIGHED

På Sokrates' spørgsmål »om det er et besværligt liv?«, svarer Kefalos, at de fleste af hans jævnaldrende beklager sig. »fordi de savner ungdommens glæder og tænker på elskovsnydelserne og drikkegilderne og den gode mad, og hvad der ellers hører med dertil, og de beklager sig over, at de har mistet noget værdifuldt, og siger, at dengang levede de godt, men nu lever de slet ikke. Nogle klager også over, at deres familie gør nar af alderdommen, og af den grund jamrer de over alderdommen, fordi den er skyld i, at de må døje meget ondt«.

Men Kefalos finder ikke, at de søger skylden der, hvor den virkelig ligger. Han henviser til et svar, som den ældre *Sofokles* gav en ven på følgende spørgsmål: »Hvordan går det dig, Sofokles, med kærligheden? Er du endnu i stand til at ligge hos en pige?« »Ti dog stille, menneske. Det er jeg virkelig glad for, at jeg er sluppet fri for, ligesom jeg var sluppet fri for en gal og voldsom herre«.

Deri er Kefalos enig, for »når lidenskabene mister deres spænding og slappes, så er man sluppet helt fri for mange gale herre«. Men både heri og i forholdet til famili-



Sofokles. Kopi efter græsk original fra 4. årh. f.v.t.

Institutleder Bernard Jeune
Institut for sundhedstjenesteforskning
Syddansk Universitet
Søndre Boulevard 23 A, st.
5000 Odense C
Bjeune@health.sdu.dk



en ligger skylden ifølge Kefalos »ikke i alderdommen, men i menneskenes karakter. For når de er ordentlige og lette at stille tilfreds, så er selv alderdommen ikke så meget besværlig«.

UNYTTIG EFTER DE 50

Dette optimistiske syn på det lange liv, deltes ikke af *Aristoteles*. I et af sine hovedværker *Retorik* fremlægger han et vidtgående negativt syn på alderdommen. Da de ældre har levet i mange år, har de også lavet mange fejl, derfor er de blevet tvivlrådige, kyniske og mistroiske, kan hverken elske eller hade, de er stædige, kujoner og frygtsoomme, smålige og skamløse. De hænger ved livet, men er skeptiske over for fremtiden, lever mere i erindringen end i håbet, er snakkesalige, men uden ønsker, har heftige vredesudbrud, men uden kraft, og jamrer uafsladeligt, men er hverken vittige eller lattermilde.

Ifølge *Aristoteles* skyldtes disse negative egenskaber, at tabet af den medfødte varme- og fugtighed gradvist havde ført til den afkøling og udtørring, som kendetegnede alderdommen. Derfor blev mennesket mere og mere uvirksomt og unyttigt efter 50-årsalderen. Den ældre kunne ikke længere bidrage positivt til samfundslivet og kunne derfor kun betragtes som en byrde for samfundet.

GENOPLIVNING AF DEBATTEN

Vor tids kraftige stigning i ældrebefolkningen har genoplivet denne gamle debat. For stigningen kan selvfølgelig ikke undgå at påvirke det, som økonomerne kalder *forsørgelsesbyrden*. Dels fordi pensionsudgifterne vil stige betydeligt, dels fordi udgifter til behandling, pleje og omsorg kan forventes at stige.

Det sidste vil i høj grad afhænge af, om fremtidens ældste ældre vil få behov for mere eller mindre behandling, pleje og omsorg. For det er gruppen af ældre *over 80 år*, som vil stige kraftigst i de kommende år. De optager langt de fleste plejehjemspladser, benytter hovedparten af de udbudte hjælpemidler og har mest brug for hjemmehjælp. Det er også den gruppe, der har mest brug for genoptræning efter hoftebrud og slagtilfælde.

En forståelse af de faktorer, som betinger stigningen i antallet af de ældste ældre, og af de faktorer, som påvirker deres helbred og

funktionsevne, er derfor vigtig. Men en mere nuanceret forståelse heraf hæmmes af den *fatalistiske opfattelse*. Hvis aldringen er uforanderlig og uafvendelig, kan der jo ikke stilles noget op. De allerældste kan derfor kun betragtes som en gruppe uden egne resurser, der blot er en forsørgelsesbyrde. Det medfører også, at forskning om de allerældste ikke opfattes som interessant og ikke findes samfundsmæssigt relevant.

ÆLDREKVOTE

Økonomer og andre samfundsforskere bekymrer sig for det aldrende samfund, fordi ældrekvoten vil stige kraftigt i de næste årtier. Der er i dag omtrent lige så mange ældre som børn og unge, og vi kan i vores del af verden forvente flere ældre end unge i en nær fremtid.

Antallet af ældre set i forhold til antallet af erhversaktive, *ældrekvoten*, er i dag ca. *1 til 4-5* i de mest udviklede lande, idet der for hver ældre (65 år og derover) er 4-5 personer i den erhversaktive alder. Det forventes, at kvoten vil falde til omkring *1 til 2-3* i midten af dette århundrede. Derfor vil der i fremtiden være betydeligt færre erhversaktive til at fremskaffe forsørgelsesgrundlaget for en ældrebefolkning, der vil forøges med ca. 50% inden midten af dette århundrede. En fokusering på ældrekvotens fremtidige stigning har selvfølgelig stor indflydelse på hele det politiske beslutningssystem, da politikere har ansvaret for finansierne, både de kommunale og de statslige.

En definition af *aldring* som »ældrekvotens stigning« kan selvfølgelig kun vække bekymring, da ældre hermed betragtes som en byrde uden samfundsmæssige resurser.

DØDELIGHED

En helt anden definition på aldring anvendes af *aldringsbiologer*. Dybest set ved de ikke, hvad aldring er, men som økonomerne har også de en snæver definition, som de kan enes om. *Aldring* defineres som en med alderen »eksponentiel stigning af dødeligheden«. Den skyldes et gradvist fald i en række vitale, fysiologiske funktioner og en dermed forbundet stigende modtagelighed for aldersrelaterede sygdomme.

Hver art i naturens mangfoldige verden kendetegnes af en bestemt fordoblingstid af dødeligheden med stigende alder, der enten kan tælles i timer, som hos gærceller, i dage

som hos fluer, i måneder som hos mus, eller i år som hos større pattedyr. For mennesket er den ca. 8 år efter 30-årsalderen, dvs. at 38-årige har en dobbelt så stor dødelighed som 30-årige, 46-årige dobbelt så stor som 38-årige osv.

ALDRINGENS FORANDERLIGHED

Aldringsbiologer har tidligere opfattet *aldringen* som *uforanderlig og uafvendelig*. Men i de senere år har de opdaget, hvordan *aldringen* kan *forandres* og livet forlænges. Det sker fx når pattedyr sættes på kalorieregulering. Eller nogle gener, der har indflydelse på fundamentale biologiske mekanismer, ændres (muteres) på laverestående organismer som gærceller, rundorme og bananfluer.

FRA RUNDORME TIL MENNESKET

Aldringsbiologernes opdagelser har normalt ikke haft den store indflydelse på politikerne. Men de kan give anledning til store overskrifter i aviserne, når en eller anden ukritisk journalist på jagt efter den store nyhed får en eller anden ligeså ukritisk aldringsbiolog til at udtale sig om de nye opdagelsers mulige perspektiver for mennesket. Da mennesket har en række gener tilfælles med gærcellen, den lille rundorm og bananfluen, hævdes det, at livslængden formodentligt også kan fordobles hos mennesket.

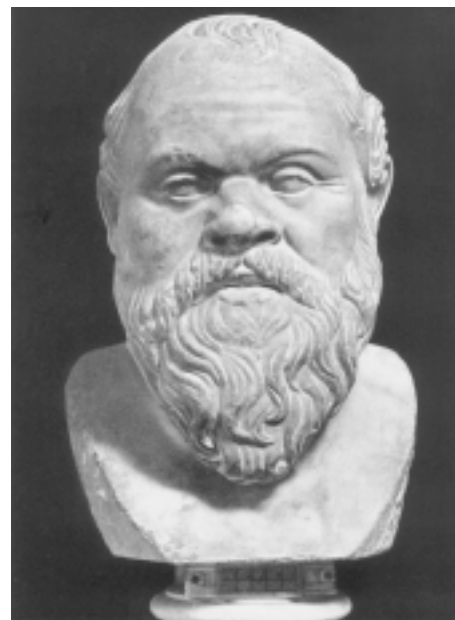
Journalisten ser som regel bort fra, at aldringsbiologen, der måske ved alt om den lille rundorm, aldrig har forsket på mennesket. De overser derfor, at selvom mennesket ender sine dage blandt orme, deler det indtil da bestemt ikke samme miljø som orme. Det bekymrer hverken journalisten eller rundorme-specialisten, at gener aldrig udspiller sig i et tomrum, men altid i et specifikt miljø. De kan derfor indgyde offentligheden falske forhåbninger om lysalige muligheder.

DEMOGRAFER OG EPIDEMIOLOGER

Imellem økonomer og biologer findes *demografer og epidemiologer*. De har i de senere år med stigende forundring og fascination observeret, at *aldringens dødelighed* i de mest udviklede lande er *faldet* dramatisk, og at *livslængden* tilsvarende er *forøget* med adskillige år.

De har opdaget, at dødelighedsstigningen ovenikøbet afdæmpes ved meget høje

Sokrates. Kopi efter græsk original fra 4. årh. f.v.t.



aldre, og at *aldringen* er langt mere *plastisk* end tidligere antaget. Men de er stærkt *uenige om*, hvorvidt der eksisterer en genetisk programmeret fast levealder givet fra fødslen eller en absolut grænse for livslængden, som aldrig kan overvindes.

De er også uenige om årsagerne til de seneste tiårs dramatiske øgning af livslængden og stigning i antallet af længelevende (100+ år) og om konsekvenserne heraf. Nogle mener, at fremtidens ældre vil blive raskere i en højere alder end tidligere og kun blive syge kort tid, før de dør. Andre mener, at forøgelsen af livslængden blot vil føre til en længere og mere skrøbelig og plejkrævende alderdom. De fremkommer med vidt forskellige fremskrivninger og fremtidsscenerier og bidrager dermed til den almindelige forvirring om det aldrende samfund.

SUNDHEDS- OG PLEJEUDGIFTER

Der vil i fremtiden utvivlsomt ske forandringer, der bidrager til en *forøgelse* af sundheds- og plejeomkostninger. Her tænkes på forbedrede og mere intensive behandlinger af sygdomme hos ældre, genoptræning og bedre kvalitet i hjemmehjælp og pleje. Deri har økonomerne ret.

Men samtidig vil bedre *forebyggelse af alderssygdomme* og *bedre funktionsevne* bidrage til at afdæmpe omkostningerne. Det må forventes, at fysisk træning af ældre i fremtiden vil øge andelen af selvhjulpne ældre, og at fremskridt i forebyggelse og behandling af demenssygdomme vil bidrage til, at de ældres mentale resurser kan øges i fremtiden. Desuden vil fremtidens indsats for at forbedre ældres syn og hørelse kunne bidrage til at øge selv de ældste ældres selvhjulpnehed og glæde ved det lange liv. Men der vil ganske givet ikke ske mirakler, som nogle alderingsbiologer hævder.

NYE REALITETER

Der er derfor behov for en mere nuanceret debat, som ikke kun ser på »forsørgelsesbyrden« eller »livsforlængelsen«, men realistisk inddrager de nye realiteter – aldringens forandring og de ældres resurser i fremtidens samfund, herunder som fremtidens forbrugere. Men det forudsætter et kendskab til og respekt for hinandens forskellige begreber og opfattelser, og det kræver indsigt i de forskellige forskningsområder og dialog på tværs af de forskellige videnskabelige discipliner.

ALDERDOMMENS VELSIGNELSER

Imens kan der med fordel hentes inspiration i visdommen hos de gamle tænkere, som fx hos Platons arvtager i lovprisningen af alderdommens velsignelser, den romerske forfatter *Cicero*. Ciceros berømte afhandling *Om alderdommen* er en dialog mellem den gamle senator Cato den ældre og to yngre personer. Cato, som døde i 149 f.v.t. i en alder af 85 år, forblev en habil politiker til sine dages ende. Cicero lader Cato diskutere fire negative påstande om alderdommen: »Når jeg nu fremdeles i tanken overskuer emnet i dets helhed, finder jeg fire grunde, som kan virke til, at alderdommen synes ulykkelig. Den første er den, at den gør en uskikket til forretninger; den anden den, at den gør legemet svagere. Hertil kommer så for det tredje, at den berøver en næsten alle nydelser; og for det fjerde, at den ikke er langt borte fra døden.«

Mod det første argument fremhæver han, at det ikke er ungdommens fysiske kraft og hurtighed, der skaber store ting, men derimod erfaring og evne til rigtige bedømmelser.

Mod det andet argument fremhæver han, at det kun er dem, som har levet vildt og ubetænksomt, der ender deres ældre dage som affældige. Han foretrækker at leve livet på en måde, så alderdommen indtræder sent og kun varer i få år, frem for at ældes tidligt og være gammel i mange år. Derfor må vi »bekæmpe alderdommen, som vi bekæmper en sygdom, og passe godt på vores helbred, gøre passende motionsøvelser og kun indtage netop så meget mad og drikke, at kræfterne opbygges derved i stedet for at nedbrydes.« Dog er det ikke blot legemet, der skal hjælpes, men langt mere ånden, for ellers udslukkes denne. Han lovpriser derfor kun den alderdom, der er bygget på et solidt grundlag fra ungdommen.

Mod det tredje argument fremhæver han, at sanselige nydelser i for stor styrke og i for lang tid hindrer tankevirksomheden og udslukker enhver åndelig gnist. Derfor bør vi være taknemmelige for, at vi i alderdommen ikke kan nyde mere, end vi bør. For det er hos oldinge, at der findes klogskab.

AT LEVE SIT LIV

Mod det fjerde argument fremhæver han, at hvis vores skæbne ikke er at leve uendeligt, kan det kun være ønskeligt, at livet udsluk-

kes, når dets dage er talte. Der er ikke noget, der i den grad stemmer med naturens orden, som når det times ældre at dø. Det lange liv er en mulighed for endelig at være sig selv: »Hvor kostelig en glæde er det ikke, når man har aftjent sin værnepligt, så omsider at få lov til at være sig selv og leve sit liv!«

Ciceros efterfølger Seneca fører denne tanke videre i sin lille bog *Om livets korthed*. Ifølge ham skal man ikke tro »at en har levet længe, fordi han er hvidhåret eller rynket: han har ikke levet længe, men været til længe.« I sidste ende er det ikke alderen, som det kommer an på. For den, som »ikke tillader, at noget af hans tid bliver revet fra ham, hans liv er af den grund meget langt, da det, uanset dets udstrækning, i sin helhed står til hans rådighed. Derfor har han haft tid nok, mens det uundgåeligt har været knapt for dem, der har ladet folk tage en stor del af deres liv.« ■

LITTERATUR

Aristoteles. Retorik. Platonselskabets Skriftserie. København: Museum Tusulanums Forlag 1996.

Cicero. Cato den ældre. Om Alderdommen. (Cato Maior de Senectute, 44 f.v.t.). København: Gyldendalske Boghandel, Nordisk Forlag 1905.

Christensen K. Hvorfor ældes vi forskelligt? København: Gyldendal 2000.

Jeune B. Længe Leve!? Om udforskningen af det lange liv. København: Forlaget Fremad 2002 (i trykken).

Platon. Staten. København: Hans Reitzel 1961.

Seneca. Om livets korthed. (De brevitate vitae). København: Vindrose 1996.