

Kan man forebygge alderdommen?

For et års tid siden talte jeg med en ældre herre på 92 år. Vi kan kalde ham Alfred. Samtalen handlede blandt andet om hans oplevelser og erfaringer med at deltage i træning i hjemmet. Han havde deltaget i kommunalt organiseret fysisk træning, som han imidlertid havde valgt fra efter få gange. Det var, fortalte han, fordi han var raget uklar med den fagperson, der skulle træne med ham:

Han (fagpersonen) havde den der idé med, at man skal leve længst muligt. Jeg sagde til ham, at om jeg lå i en kiste i morgen, det rager mig en papand – jeg har levet det, jeg skulle. Vi kunne ikke blive enige. For at sige det lidt sjovt, så var det som om, han syntes, jeg skulle blive 100 år, men det er jeg ikke interesseret i. Men egentlig er det jo lidt synd for ham, for det var den opgave, han var sendt i byen med. Jeg kan jo være ligeglad, men det var da synd for ham, at han fik sådan en opgave. Det var slet ikke min dagsorden. Som jeg lever nu – om jeg så døde i morgen, det har ingen betydning – men det sprog bruger de ikke, tværtimod, og så er det klart, så støder man sammen på et tidspunkt, og så er det klart, så må det briste eller bære, og så bristede det jo.

Eksemplet vil formentlig ikke være helt ukendt for fagpersoner og forskere med interesse for gamle menneskers perspektiver på forebyggelse og rehabilitering. Det er nok lidt skarpt trukket op, og Alfreds ud-sagn skal da heller ikke tages som udtryk for, at alle gamle mennesker er negativt stemt overfor træning og forebyggelse. Der er masser af eksempler på det modsatte. De er vigtige, og vi hører dem heldigvis ofte. En ældre kvinde sagde engang efter et vellykket træningsforløb: "Ja, jeg troede jo egentlig, at det var slut, men nu tager jeg lige ti år til". Alfred repræsenterer et andet standpunkt, som man måske hører knap

så tit. Men begge er vigtige perspektiver på forebyggelse på ældreområdet.

Forebyggelse er et grundlæggende gerontologisk tema. Fra gerontologiens barndom har videnskaben givet gode råd om, hvordan vi individuelt og kollektivt kan gribe ind i processer, der traditionelt har været tilskrevet alderdommen.

Med et øget fokus på forebyggelse er der sket en forskydning i grænserne mellem de aldringsfænomener, der anses som uafvendelige, og fænomener og tilstande, der kan relateres til sygdom og slitage, og som der kan eller skal gribes ind overfor. Disse grænser er til stadig forhandling – både i forskning, i faglig praksis og i befolkningen. Grænserne er med til at forme social- og sundhedspolitik på ældreområdet og definere rammerne for forebyggelse, rehabilitering, behandling og pleje. Og grænserne forhandles i hverdagens praksis, som det eksempelvis skete i mødet mellem Alfred og den kommunale træningsperson.

Forebyggelse er temaet for Dansk Gerontologisk Selskabs nationale konference om aldring og samfund 2019. Vi håber med konferencen at få gode eksempler frem på forebyggelse – fra celle til samfundsniveau. Vi vil også stille nogle af de kritiske spørgsmål: Hvordan håndteres uenighed mellem ældre mennesker, fagpersoner og forskere om, hvem og hvad forebyggelsesaktiviteter skal rette sig imod? Hvordan tildeles ressourcer til forebyggelse – og efter hvilke kriterier? Hvordan adresseres social ulighed i alderdommen i et forebyggelsesperspektiv?

Vi håber, disse og andre spørgsmål vil inspirere til deltagelse, hvad enten man ønsker at bidrage med eget oplæg eller på andre måder. Vi ser frem til endnu en god konference med stof til eftertanke.

Info om konferencen findes på:
https://danskgerontologi.dk/aktiviteter/konference_2019/