



Offen gesagt

Tipps für Angehörige
von älteren Autofahrern



	Seite
Vorwort	3
Ältere Autofahrer – das ist die Situation	4
Defizite erkennen – aber wie?	5
■ Berücksichtigen Sie den emotionalen Stellenwert des Autos	5
■ Beobachten Sie Ihren Angehörigen beim Autofahren	6
Wie sag ich's meinen Eltern?	7
■ Bereiten Sie sich auf das Gespräch vor	7
■ Sprechen Sie das Thema Fahrtüchtigkeit an	8
■ Bieten Sie Hilfe zum Erhalt der Automobilität, bei Fahreinschränkungen oder dem Verzicht aufs Auto an	8
■ Suchen Sie sich Verbündete, wenn Ihr Angehöriger trotz unsicherer Fahrweise nicht auf das Auto verzichten will	12
■ Was ist bei Demenz?	13
Rechtliche Aspekte	14

Liebe Leserin, lieber Leser,

Mobilität bedeutet Lebensqualität. Das Auto spielt dabei gerade für ältere Menschen eine wichtige Rolle. Nach Medienberichten über vereinzelte spektakuläre Autounfälle von Senioren kocht das Thema Verkehrssicherheit immer wieder hoch und führt letztlich zu einem verzerrten Bild. Eine differenzierte Betrachtungsweise ist dringend angezeigt. Denn viele ältere Fahrer entwickeln Kompensationsstrategien, um Veränderungen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit auszugleichen. Doch was ist, wenn das nicht mehr ausreicht? Dann sind es häufig die Angehörigen, die Fahrfehler bemerken.

Machen auch Sie sich Sorgen um Ihre Eltern oder Großeltern, die sich noch ans Steuer setzen? Haben Sie Angst, dass ihnen und anderen Verkehrsteilnehmern etwas zustoßen könnte? Dann sollten Sie hinschauen! In dieser Broschüre geben wir Ihnen Fakten und Informationen an die Hand, um Hinweise auf Fahrmängel richtig deuten zu können. Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie ein Gespräch über dieses sensible Thema am besten führen und wen Sie als Verbündeten am besten mit ins Boot holen. Denn: Altersbedingte Einschränkungen bedeuten nicht zwangsläufig die Aufgabe der Automobilität. Und die Aufgabe der Automobilität bedeutet wiederum nicht das Ende der Mobilität.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!



Erhard Hackler

Geschäftsführender Vorstand
der Deutschen Seniorenliga e.V.



Siegfried Brockmann

Leiter der Unfallforschung
der Versicherer (UDV)

Ältere Autofahrer – das ist die Situation

Das Verkehrsaufkommen wächst. Doch es gibt nicht nur immer mehr Autos, sondern auch immer mehr ältere Menschen und folglich mehr ältere Autofahrer. Bedeutet das ein Risiko für den Straßenverkehr?



Die Frage lässt sich so pauschal nicht beantworten. Fakt ist, dass mit dem Alterungsprozess zwangsläufig Leistungseinschränkungen einhergehen, die sich auch auf den Straßenverkehr auswirken – man sieht und hört schlechter, die Reaktionsgeschwindigkeit nimmt ab, ebenso die Fähigkeit, komplexe Situationen zu erfassen.

Es kommt zu Einschränkungen der Beweglichkeit und auch die Einnahme von Medikamenten kann das Fahrverhalten negativ beeinflussen. Dieser Prozess verläuft schleichend und lässt sich nicht am biologischen Alter festmachen, sondern ist abhängig vom allgemeinen Gesundheitszustand, der Fahrpraxis und der geistigen Fitness. Bedeutsame Unterschiede treten oft erst ab dem 75. Lebensjahr auf.

Dennoch spüren viele ältere Autofahrerinnen und Autofahrer die Veränderungen instinktiv und kompensieren sie, indem sie ihr Fahrverhalten den vorhandenen Kompetenzen anpassen. Sie fahren vorsichtiger, rasen nicht, geben bekannten Strecken den Vorzug, meiden Stoßzeiten, schlechte Witterungsverhältnisse und Dunkelheit.



Defizite erkennen – aber wie?

Der vielleicht wichtigste Tipp vorweg: Gehen Sie das Thema behutsam an und tasten Sie sich Schritt für Schritt voran.

■ Berücksichtigen Sie den emotionalen Stellenwert des Autos

Bei der jungen Generation verliert das Auto als Statussymbol und Transportmittel immer mehr an Bedeutung. Für ältere Menschen gilt das nicht! Sie verbinden mit dem Auto Privilegien wie Freiheit, Selbstbestimmung und Unabhängigkeit.

Und tatsächlich wird das Auto den individuellen Mobilitätsbedürfnissen älterer Menschen häufig am besten gerecht. Vor allem wenn die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel zu beschwerlich oder zu umständlich ist, sind viele Senioren



auf das Auto angewiesen oder glauben dies zumindest. Sie fürchten, ohne Auto nicht mehr so mobil sein zu können, ihre Kontakte einschränken zu müssen, von Kindern oder Freunden abhängig zu sein und ihnen zur Last zu fallen.

Obwohl den meisten älteren Autofahrern bewusst ist, dass sie irgendwann aufs Autofahren verzichten müssen, fehlt vielen der kritische Blick auf die eigenen Fahrkünste. Wie eine Befragung im Rahmen des Projekts „Mobilität im Alter“ der Unfallforschung der Versicherer (UDV) gezeigt hat, wird nur ein Bruchteil der Senioren von anderen Personen auf die Fahrtüchtigkeit angesprochen. Dies, in Kombination mit der

Tatsache, dass sich Probleme schleichend einstellen und viele ältere Menschen seit Jahrzehnten unfallfrei Auto fahren, macht deutlich, dass sie sich selbst nicht als potenzielles Risiko einstufen. Hier unterscheiden sich Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung deutlich voneinander.

■ Beobachten Sie Ihren Angehörigen beim Autofahren

Wenn Sie Bedenken hinsichtlich der Fahrtüchtigkeit eines älteren Familienangehörigen haben, beobachten Sie ihn am besten während einer bzw. mehrerer Autofahrten, um möglichst viele verschiedene Situationen zu erfassen – zum Beispiel auf der Autobahn, im dichten Stadtverkehr, auf bekannten und unbekanntem Strecken. Achten Sie darauf, wie gut die oder der Betroffene in den Verkehr hineinfindet, ob das Tempo angemessen ist, es zu Fehlern beim Abbiegen, an Ampeln oder bei Vorfahrtsregeln kommt. Notieren Sie sich hinterher, was Ihnen aufgefallen ist.



Warnsignale:

- Ist selbst in vertrauter Umgebung unsicher
- Passt sich dem Verkehrsfluss nicht an, fährt auffallend langsam und unsicher bzw. zu schnell und zu dicht auf
- Fährt nicht vorausschauend und scheint andere Verkehrsteilnehmer und den Gegenverkehr nicht wahrzunehmen
- Benötigt lange, um Schilder, Ampeln und allgemeine Vorfahrtsregeln zu erfassen
- Hat koordinative und motorische Probleme beim Abbiegen, Wenden und Parken



- Hält die Spur nicht zuverlässig, ignoriert beim Abbiegen oder Überholen die Kontrolle des toten Winkels, hat Schwierigkeiten mit dem Schulterblick
- Bemerkte kritische Situationen zu spät, ist in komplexen Situationen bisweilen überfordert
- Steht häufig auf der Bremse
- Auto und Garage haben vermehrt Kratzer und Schrammen

Wie sag ich's meinen Eltern?

■ Bereiten Sie sich auf das Gespräch vor

Überlegen Sie sich vorher, was das Ziel des Gesprächs sein soll: Wollen Sie nur Bewusstsein schaffen für die Risiken, die Leistungseinschränkungen beim Autofahren zur Folge haben können? Möchten Sie Ihren Angehörigen dazu bringen, sich gründlich untersuchen zu lassen? Wollen Sie ihn davon überzeugen, über kurz oder lang auf das Auto zu verzichten, oder genügt es vielleicht, wenn er sein Fahrverhalten ändert? Das Gespräch sollte in einer entspannten Situation stattfinden.



Beziehen Sie sich auf Ihre Beobachtungen und machen Sie sich bewusst, dass der Führerschein in Deutschland ein Leben lang gültig ist. Um eine Fahrprüfung bzw. einen Führerscheinentzug zu erwirken, müssten Sie schon drastische Maßnahmen ergreifen. Solche Konflikte gilt es zu vermeiden. Sie müssen ohnehin darauf gefasst sein, dass Ihr Angehöriger ablehnend, verärgert oder bestürzt reagiert. Machen Sie sich klar, dass es kein Zeichen von Sturheit ist, sondern von Angst, Trauer und Kränkung.

■ Sprechen Sie das Thema Fahrtüchtigkeit an

Gehen Sie behutsam vor und bleiben Sie stets sachlich. Vermeiden Sie Vorwürfe, formulieren Sie stattdessen „Ich“-Botschaften. „Ich mache mir Sorgen um dich“ ist für den Betroffenen leichter zu akzeptieren als Kritik an seinem Fahrstil oder permanente Hinweise auf sein Alter. Seien Sie respektvoll und verständnisvoll, denn das Autofahren einzuschränken oder aufzugeben, bedeutet Verzicht.



Schon allein das Gespräch kann als Bevormundung aufgefasst werden. Machen Sie deutlich, dass Sie hinter dem Betroffenen stehen und nicht gegen seinen Willen, sondern gemeinsam mit ihm eine Lösung finden möchten, die seiner eigenen Sicherheit und der der anderen Verkehrsteilnehmer dient.

Je nachdem, wie gravierend die Beeinträchtigungen der Fahrtauglichkeit sind, kommen unterschiedliche Botschaften, Strategien und Angebote in Betracht.

■ Bieten Sie Hilfe zum Erhalt der Automobilität, bei Fahreinschränkungen oder dem Verzicht aufs Auto an

Sie möchten, dass Ihre Eltern einen Arzttermin vereinbaren, an einem Auffrischungstraining teilnehmen oder das Auto häufiger mal stehen lassen? Dann sollten Sie ihnen Hilfe, Informationen und Mobilitätsalternativen anbieten können.

Tipps zum Erhalt der Automobilität:

Wenn ältere Menschen einen Unfall verursachen, können altersbedingte Einschränkungen der Wahrnehmungsfähigkeit



dafür verantwortlich sein. Deshalb sollten Sie Ihrem Angehörigen zu regelmäßigen freiwilligen Gesundheitschecks beim Arzt raten.

Wichtig für die Sicherheit beim Autofahren sind vor allem folgende Untersuchungen:

- Sehvermögen (Sehschärfe, Gesichtsfeld, Dämmerungssehvermögen, Blendempfindlichkeit)
- Hörfähigkeit (Richtungshören)
- Bewegungsfähigkeit (Schulterblick)
- Herz- und Gefäßerkrankungen
- Zuckerkrankheit (Diabetes)
- Erkrankungen des Nervensystems (z. B. Schlaganfall, Demenz, Parkinson)
- Psychische Erkrankungen wie Ängste oder Depression



Bieten Sie Ihrem Angehörigen an, ihn zum Arzt zu begleiten, und denken Sie daran: Auch die Medikamenteneinnahme gehört auf den Prüfstand und kann möglicherweise angepasst werden (s. Kasten auf Seite 10).

Um die Fahrtauglichkeit zu erhalten und zu verbessern, bieten Fahrschulen in Zusammenarbeit mit Automobilclubs, dem TÜV oder den Verkehrswachten Auffrischkurse für ältere Autofahrer an. Bei diesen Fahr-Fitness-Checks begleitet ein Fahrlehrer Ihren Angehörigen im eigenen Auto, gibt individuelle Tipps zum Fahrverhalten und trainiert brenzlige Situationen.

Tipp: Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat stellt unter www.dvr.de eine Liste mit Anbietern von Fahrsicherheitstrainings mit DVR-Qualitätssiegel bereit. Die „Aktion Schulterblick“ finden Sie im Internet unter www.dvr.de/schulterblick.

Einfluss von Medikamenten auf die Fahrtauglichkeit

Nicht nur Krankheiten beeinflussen die Fahreignung, sondern auch Medikamente. Unerwünschte Nebenwirkungen wie Schläfrigkeit, Schwindel, verschwommenes Sehen, Verwirrtheit, Blutdruckschwankungen oder eine Verlangsamung der Reaktionszeit können die Folge sein. Wie eine Forsa-Umfrage im Auftrag des Deutschen Verkehrssicherheitsrates zeigte, nehmen 67 Prozent aller Autofahrer über 65 Jahre regelmäßig Medikamente ein, bei den über 75-Jährigen sind es sogar 77 Prozent. Gerade bei Patienten, die mehrere Arzneimittel einnehmen, ist Vorsicht geboten. Der Cocktail aus verschreibungspflichtigen, aber auch frei verkäuflichen Medikamenten kann unberechenbar wirken.



Tipps bei Fahreinschränkungen:

Auf Beeinträchtigungen reagieren viele ältere Autofahrer instinktiv mit einer vorausschauenden und angepassten Fahrweise. Stecken Sie sich als ein Ziel des Gesprächs mit Ihrem Angehörigen, sein Verantwortungsbewusstsein im Hinblick auf eine kritische Selbstkontrolle zu stärken.

Diese typischen Kompensationsstrategien dienen zugleich als Tipps für eine sicherere Teilnahme am Straßenverkehr:

- kurze und bekannte Strecken nutzen
- frühzeitig losfahren
- unbekannte Strecken vorab planen, um Stress und Hektik zu vermeiden



- bei längeren Strecken häufiger Pausen einlegen
- Hauptverkehrszeiten umgehen
- nicht nachts oder bei schlechtem Wetter fahren
- für lange Urlaubsfahrten auf die Bahn oder das Flugzeug ausweichen

Tipps für alternative Transportmittel:

Vermitteln Sie Ihren Angehörigen, dass man auch mobil bleiben kann, wenn man das Auto hin und wieder oder eines Tages sogar dauerhaft stehen lässt. Erkundigen Sie sich nach den Angeboten des öffentlichen Personennahverkehrs und besorgen Sie Fahrpläne für Busse und Bahnen. Sind die Haltestellen zu weit entfernt oder fahren die Busse zu selten, wie dies auf dem Land häufig der Fall ist, hören Sie sich um, ob es Fahrgemeinschaften oder einen privat organisierten Shuttleservice für Senioren gibt. In

ländlichen Regionen wird das öffentliche Angebot immer häufiger durch sogenannte Bürgerbusse ergänzt. Bieten Sie Ihren Angehörigen an, sie nach dem Kegelnabend oder dem Besuch bei den Enkeln nach Hause zu bringen, damit sie nicht im Dunkeln fahren müssen.



Bitten Sie Freunde und Nachbarn, Ihre Eltern zum Einkaufen mitzunehmen, oder ermutigen Sie sie, sich Getränke und Lebensmittel vom Supermarkt kommen zu lassen. Rechnen Sie sich gemeinsam aus, was Ihre Angehörigen sparen, wenn sie das Auto verkaufen, und wie häufig sie sich stattdessen ein Taxi leisten können.

Hören Sie sich vorher im Freundeskreis um und berichten Sie von anderen älteren Menschen, die das Autofahren eingeschränkt oder freiwillig aufgegeben haben und vielleicht sogar froh darüber sind, sich dem Stress nicht länger aussetzen zu müssen.

Informationen zu den Bürgerbussen unter www.buergerbusse-in-deutschland.de

■ Suchen Sie sich Verbündete, wenn Ihr Angehöriger trotz unsicherer Fahrweise nicht auf das Auto verzichten will



Was ist, wenn Ihre Mutter, Ihr Vater oder ein anderer naher Verwandter uneinsichtig reagiert und keinen Ihrer Ratschläge befolgen will? Das ist eine schwierige Situation, denn letztlich entscheidet jeder selbst,

ob er noch Auto fahren kann oder will. Sprechen Sie noch einmal mit ihr oder ihm – immer noch einfühlsam, diesmal jedoch eindringlicher. Vielleicht machen ihn diese Sätze nachdenklich: „Ich möchte nicht, dass du bei einem Unfall verletzt wirst“, „Ich weiß, wie schlimm es für dich wäre, wenn jemand deinetwegen zu Schaden käme“, „Ich möchte nicht mehr, dass deine Enkel mit dir fahren.“

Suchen Sie sich Verbündete. Manchmal haben Freunde oder die Enkel einen besseren Zugang zu dem Betreffenden als Sie selbst. Wie die bereits erwähnte UDV-Befragung ebenfalls gezeigt hat, haben viele ältere Menschen großes Vertrauen zu ihrem Hausarzt und würden von ihm auch am ehesten einen Rat bezüglich ihrer Fahreignung annehmen. Bitten Sie den Hausarzt, mit Ihrem Angehörigen zu reden und die Risiken

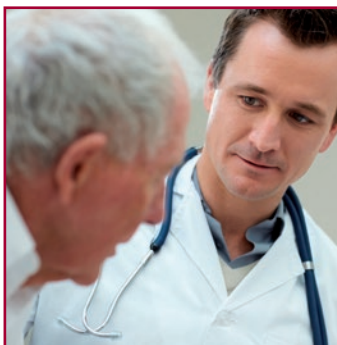


aus medizinischer Sicht zu erläutern. Auch ein befreundeter Polizist kann eine solche Vertrauens- und Autoritätsperson sein. Vermeiden Sie es jedoch, den offiziellen Weg über eine Anzeige zu gehen – das führt zu schwerwiegenden Konflikten innerhalb der Familie.

Wenn es nicht nur darum geht, dass Ihr Angehöriger weniger Auto fahren, sondern ganz darauf verzichten soll, lenken Sie das Gespräch am besten vorsichtig auf den Verkauf des Autos und nicht auf die Abgabe des Führerscheins. Das ist leichter zu verschmerzen.

■ Was ist bei Demenz?

Viele Demenzkranke wollen und müssen zu Beginn ihrer Erkrankung nicht auf das Autofahren verzichten. Langfristig führt Demenz jedoch immer zum Verlust der Fahreignung. Wann dieser Zeitpunkt gekommen ist, ist nicht immer leicht zu entscheiden, zumal die



Betroffenen dazu neigen, ihre Fähigkeiten zu überschätzen. Spätestens wenn sich Ihr Angehöriger selbst in bekannter Umgebung verirrt, Verkehrsschilder missachtet oder Beinahe-Unfälle verursacht, sollten Sie eingreifen. Bitten Sie den Hausarzt Ihres Verwandten, ihn an eine neurologische oder psychiatrische Fachambulanz oder eine Memory-Klinik zu überweisen, wo spezielle Untersuchungen zur Fahrtüchtigkeit durchgeführt werden.

Behalten Sie im Hinterkopf, dass es auch bei Demenzkranken am Selbstwertgefühl kratzt, wenn sie den Führerschein abgeben sollen. Deshalb ist es besser, auf andere Weise sicherzustellen



len, dass der Patient nicht mehr fährt. So könnten Sie beispielsweise den Augenarzt einweihen und schwindende Sehkraft vorschreiben. Vielen Betroffenen fällt es leichter zuzugeben, dass sie nicht mehr so gut sehen, als an Demenz erkrankt zu sein. Bei fortschreitender Erkrankung vergessen sie mitunter, dass sie nicht mehr fahren dürfen, und bestehen darauf, sich ans Steuer zu setzen.

Hier helfen folgende Tipps:

- Zeigen Sie ein Rezept des Arztes mit dem Hinweis „Nicht Auto fahren!“. Solch ein offiziell aussehendes Dokument wirkt oft Wunder.
- Parken Sie das Auto außer Sichtweite oder verstecken Sie den Schlüssel.
- Lenken Sie Ihren Angehörigen von seinem Vorhaben, Auto zu fahren, ab, bis er es vergessen hat.
- Verkaufen Sie das Auto.

Der beste Weg, einen Demenzkranken vom Autofahren abzubringen, sind auch hier Angebote für Mobilitätsalternativen. Gerade bei Demenz ist es wichtig, dass die Betroffenen weiter am sozialen Leben teilnehmen können.

Rechtliche Aspekte

Was aber, wenn Sie als Angehöriger Angst um Ihre Eltern oder Großeltern haben, weil Sie der Meinung sind, dass das Autofahren zu gefährlich ist für sie und andere? Zwingen können



Sie Ihre Angehörigen nicht, ihren Führerschein abzugeben und auf das Autofahren zu verzichten. Grundsätzlich ist der Führerschein nämlich auf Lebenszeit ausgestellt. Nur die Fahrerlaubnisbehörde hat als Vertreterin der Allgemeinheit die Aufgabe, nicht geeignete Verkehrsteilnehmer zu erkennen und von der Teilnahme am Straßenverkehr vorübergehend oder dauerhaft fernzuhalten.

Im Straßenverkehrsgesetz und der Fahrerlaubnisverordnung ist zwar geregelt, wann jemand zum Fahren ungeeignet ist und deshalb die Fahrerlaubnis entzogen werden kann. Dafür bedarf es aber eines konkreten Nachweises, meistens eines Unfalls. Anzeichen für einen allgemeinen Leistungsabbau genügen hingegen nicht. Es reicht auch nicht aus, wenn Sie als Angehöriger einen älteren und möglicherweise ungeeigneten Autofahrer bei der Behörde melden.



Falls die Behörde hinreichend konkrete Anhaltspunkte hat, um Maßnahmen zu ergreifen, wird der Betroffene aufgefordert, auf eigene Kosten ein Gutachten anfertigen zu lassen. Das kann je nach Vorgabe der Behörde eine ärztliche Begutachtung, eine MPU (medizinisch-psychologische Untersuchung) oder ein kraftfahrtechnisches Gutachten sein. Nach Auswertung des Gutachtens hat die Fahrerlaubnisbehörde die Möglichkeit, den Führerschein zu entziehen oder die Fahrerlaubnis durch Auflagen zu beschränken. Wenn Senioren damit nicht einverstanden sind, können sie diese Entscheidung auf dem Rechtsweg anfechten.

Impressum

Herausgegeben von:



Deutsche
Seniorenliga e.V.

Deutsche Seniorenliga e.V.
Heilsbachstraße 32
53123 Bonn
E-Mail: info@deutsche-seniorenliga.de
Internet: www.deutsche-seniorenliga.de



Unfallforschung
der Versicherer

UDV

Gesamtverband der
Deutschen Versicherungswirtschaft e.V.
Unfallforschung der Versicherer
Wilhelmstraße 43/43G, 10117 Berlin
E-Mail: unfallforschung@gdv.de
Internet: www.udv.de

Redaktion: Claudia Vonstein,
Klaus Brandenstein

Ausgabe 12/2016



**Scannen Sie mit Ihrem Smart-
phone den QR-Code ein und Sie
erhalten viele weiterführende
Informationen und Adressen.**

**Diese finden Sie auch unter:
[www.deutsche-seniorenliga.de/
offengesagt](http://www.deutsche-seniorenliga.de/offengesagt)**

Bildnachweis:

Fotolia/grafikplusfoto
Seiten 5, 7, 9, 11, 13, 15
Fotolia/photographie.eu
Seite 1
Fotolia/Andrey Bandurenko
Seite 4
ImageSource/The Golden Years I
Seite 5
Fotolia/Bilderstöckchen
Seite 6
Fotolia/Picture-Factory
Seite 7
Fancy/Family Bonds
Seite 8
Fotolia/GaToR-GFX
Seite 9
Fotolia/tanatat
Seite 10
Fotolia/Monkeybusiness
Seite 11
Fotolia/Dron
Seite 12
Fotolia/Yuri Arcurs
Seite 13
Stockbyte/Senior Care
Seite 14
Fotolia/Peter Maszien
Seite 15