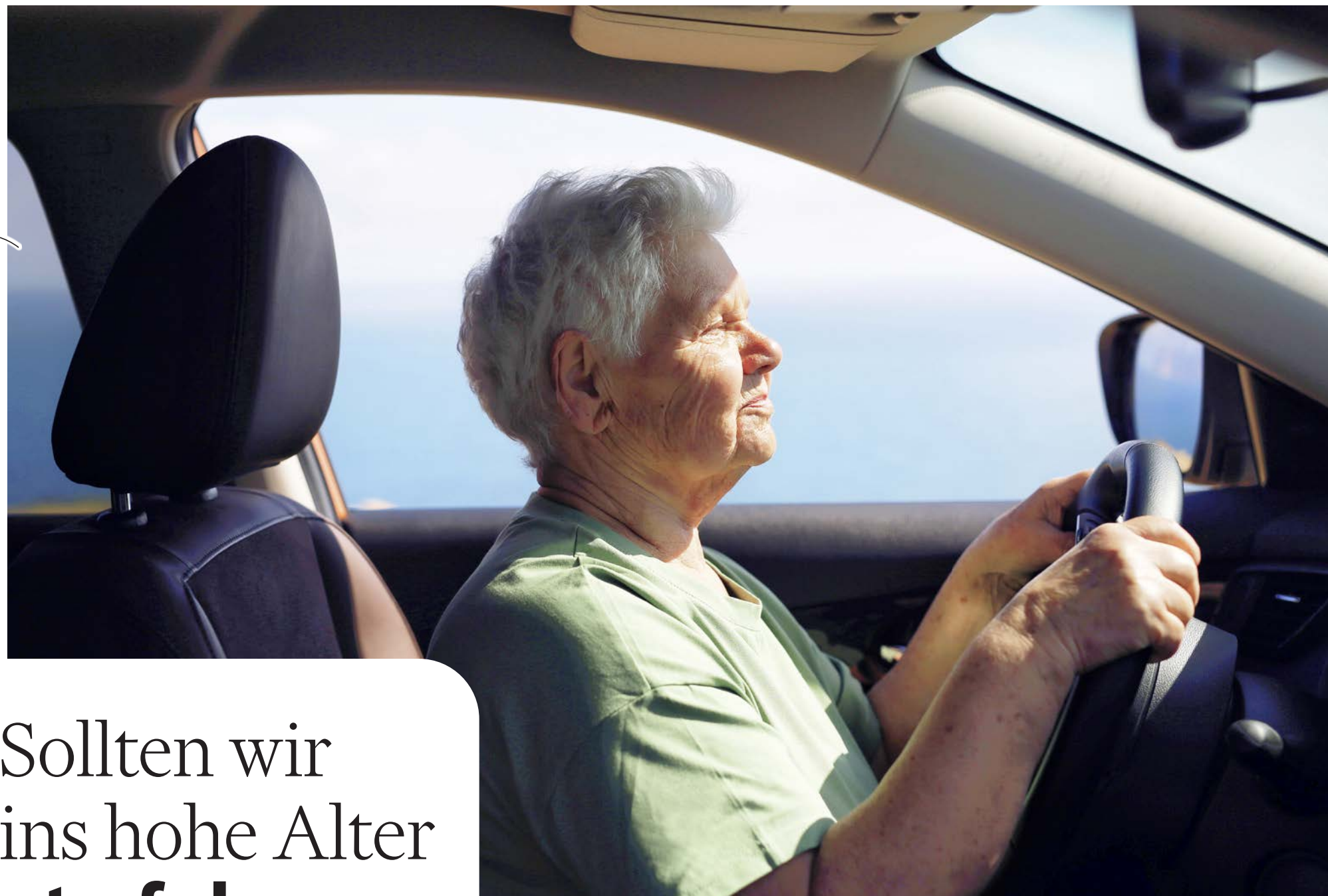


Und plötzlich gehen sogar Routinehandlungen vergessen – etwa das Angurten vor Antritt der Fahrt.



Sollten wir bis ins hohe Alter Auto fahren dürfen?

Paris Koumbarakis und Lukas Glaus haben ein Buch zur Vorbereitung auf den Fahrtauglichkeitstest geschrieben. Was sie dazu motiviert hat, warum es den Test braucht und wie lange wir fahren sollten.

Text: Barbara Scherer

Paris Koumbarakis und Lukas Glaus, wie ist es dazu gekommen, dass zwei Mittdreissiger ein Buch über die Fahrtauglichkeit im Alter schreiben?

Paris Koumbarakis: Ausschlaggebend war mein Vater: Er hat die Einladung zum Fahrtauglichkeitstest erhalten und war etwas geschockt. Er wusste nicht, was auf ihn zukommen würde. Ich wollte ihm helfen und habe mich mit dem Anliegen an Lukas gewandt.

Lukas Glaus: Wir haben gemeinsam geschaut, was es dazu gibt und gemerkt: nichts. So entstand die Idee, ein Buch zum Thema zu verfassen.

Und woher kommen die Informationen für das Buch?

Glaus: Wir haben dafür mit Menschen gesprochen, die den Test schon gemacht haben sowie mit Ärzten. Zudem haben wir alle Informationen dazu aus dem Internet zusammengesucht: Die Informationen gibt es, aber niemand hat sie bisher zusammengetragen – ausser uns.

Wie läuft denn so ein Test genau ab?

Koumbarakis: Das liegt im Ermessen des Arztes. Er entscheidet individuell, welche Übungen verlangt und welche Fragen gestellt werden. Mein Vater musste unter anderem die aktuelle Uhrzeit auf ein Zifferblatt malen.

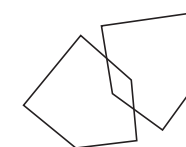
Glaus: Es ist gesetzlich vorgegeben, dass ab 75 Jahren der Fahrtauglichkeitstest alle

Testaufgaben

Folgende Aufgaben aus dem Testbuch (S. 15) könnten beim Fahrtauglichkeitstest gestellt werden:

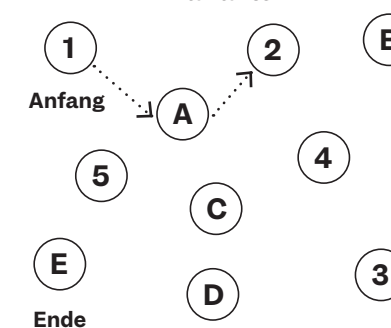
Figuren abzeichnen

Zum Beispiel zwei überschneidende Fünfecke, die so genau wie möglich gezeichnet werden sollen.



Trail Making Test

Ziehen Sie abwechselnd eine Linie von einem Kreis mit einer Zahl zu einem Kreis mit einem Buchstaben in aufsteigender Reihenfolge. Ziehen Sie die Linie vom Kreis logisch weiter bis zum «Ende». Hier eine stark verkürzte Variante.



Zahlenfolge rückwärts

Es wird eine Zahlenreihe genannt, die Sie dann in umgekehrter Reihenfolge wiederholen sollen.

1. Versuch	2. Versuch
7-2	8-6
4-7-9	3-1-5
5-4-9-6	1-9-7-4
2-7-5-3-6	1-3-5-4-8
8-1-3-5-4-2	4-1-2-7-9-5

zwei Jahre durchgeführt werden muss. Es liegt aber im Ermessen des Arztes oder der Ärztin, welche Fragen dort vorkommen. Obwohl der Test obligatorisch ist, muss man ihn selbst bezahlen.

Welche sind die grössten Herausforderungen?

Koumbarakis: Grundsätzlich herrscht bei vielen eine grosse Unsicherheit, wie der Test ablaufen wird und welche Fragen kommen.

Glaus: Hinzu kommt ein gewisses Unverständnis. Viele fragen sich, warum sie einen Test brauchen, wenn sie doch all die Jahre unfallfrei unterwegs waren.

Braucht es den Fahrtauglichkeitstest überhaupt?

Koumbarakis: Der Test hat seine Berechtigung, auch deswegen, weil eine Person an Demenz erkrankt sein könnte. Im Prinzip soll der Fahrtauglichkeitstest für mehr Verkehrssicherheit sorgen – das ist nie falsch.

Sollten wir bis ins hohe Alter Auto fahren dürfen?

Koumbarakis: Meiner Meinung nach ja, wenn die Person fit genug dafür ist. Das ist natürlich individuell – es gibt 95-jährige Menschen, die topfit sind, und 70-Jährige, die sicher nicht mehr hinter dem Steuer sitzen sollten.

Glaus: Das sehe ich auch so. Für viele ältere Leute bedeutet das Auto auch Freiheit und Unabhängigkeit. Diese zu verlieren, ist ein grosser Einschnitt.

Aber was tun, wenn jemand den Test nicht besteht?

Koumbarakis: Der Arzt oder die Ärztin stellt dann kein positives Zeugnis aus, und die kantonalen Behörden können den Fahrausweis entziehen.

Glaus: Betroffene können das natürlich anfechten und eine Zweitmeinung einholen, beispielsweise bei der Verkehrspsychologie. Alle Abklärungen laufen aber auf eigene Kosten.

Koumbarakis: Darum macht es Sinn, sich bereits im Vorfeld des Tests zu überlegen, welche Alternativen man zum Auto hat. Wie das Leben weitergehen könnte, ohne einen

Fortsetzung auf Seite 17

Neu? Nein! Mit Perwoll gewaschen.



Jetzt neu! Für alle hellen
und weissen Kleider!

30%

Perwoll Waschmittel
z.B. Perwoll für Helles,
2.6 Liter, 52 Waschgänge,
15.95 statt 23.02

MERCI

Jetzt in Aktion



Reine Wäsche,
frische Maschine!



48%

24.95
statt 48.55

Persil Discs
in Sondergrössen,
z.B. Persil Discs Universal,
60 Stück, 60 Waschgänge



50%

24.95
statt 51.80

Persil Kraft-Gele
in Sondergrössen, z.B. Persil
Universal Kraft-Gel,
3.6 Liter, 80 Waschgänge

MERCI

Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte
Artikel ausgenommen. **Angebote gelten vom**
20.5. bis 2.6.2025, solange Vorrat.

AKTUELL

Autofahren

17

Fortsetzung von Seite 15

Führerschein – wie komme ich in den näch-
sten Laden oder zu meinen Freunden.
Glaus: Hier gibt es natürlich einen grossen
Unterschied zwischen Land und Stadt. In
einer Stadt wie Zürich ist es einfacher, auf
das Auto zu verzichten, auf dem Land kann
der Alltag umständlicher werden.

**Was können Angehörige tun,
wenn es um die Fahrtauglichkeit der
Eltern oder Grosseltern geht?**
Koumbarakis: Am besten stellt man sich
die Frage, ob man ohne Sorge ein kleines
Kind zu der Person ins Auto setzen würde.
Kommen dann Zweifel auf, sollte man
das Gespräch mit den Eltern oder Gross-
eltern suchen.
Glaus: Das ist nicht immer einfach, es
kann helfen, die Betroffenen eine Übung
machen zu lassen, wie wir sie in unserem
Buch aufgeführt haben. Fällt diese den
Eltern oder Grosseltern schwer, merken sie

Bild: zVg



**Paris Koumbarakis (35, links)
und Lukas Glaus (36)**
aus Zürich haben zusammen
Wirtschaft studiert und
ein Buch mit Tests zur Fahr-
tauglichkeit veröffentlicht.

Paris Koumbarakis, Lukas Glaus:
«Meine Vorbereitung auf den Fahr-
tauglichkeitstest im Alter», 145 Seiten,
Fr. 50.40 bei exlibris.ch

vielleicht selbst, dass es an der Zeit wäre,
den Führerschein abzugeben.

**Habt ihr selbst durch das Buch
etwas gelernt?**

Koumbarakis: Für mich ist klar gewor-
den, dass man den Führerschein nicht für
selbstverständlich nehmen und sich früh
genug Gedanken darüber machen sollte,
wie man ohne Auto leben kann.
Glaus: Für mich war besonders das Thema
Demenz und Alzheimer spannend, da ich
in meiner Familie persönlich damit kon-
frontiert war. Mich hat überrascht, wie
wichtig körperliche Bewegung bei der Vor-
beugung ist. Zudem sollten wir unseren
Kopf fordern, zum Beispiel durch Sudokus,
Kreuzworträtsel, das Erlernen eines Instru-
ments oder einer Fremdsprache. Solche
Aktivitäten können die geistige Fitness
positiv beeinflussen und sind nur einige
Beispiele von vielen Möglichkeiten.

Anzeige

20% RABATT

GÜLTIG VOM 19. MAI BIS 8. JUNI 2025

z.B. Rausch Repair-Express-
Kur mit Amaranth, 100 ml
CHF 13.50
STATT CHF 16.90



**Die Kraft der Kräuter
entschlüsselt**
Für gesundes Haar von den
Wurzeln bis in die Spitzen
20% Rabatt auf das gesamte
Sortiment von Rausch

180 g
CHF 38.30
STATT CHF 47.90



Bei Muskel- und Gelenkleiden
Stillt den Schmerz, hemmt die Entzündung:
Voltaren Dolo forte Emulgel*
Haleon Schweiz AG

* Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Keine Kumulation mit anderen Rabatten.

achillea.ch
dropa.ch

A dropa
GANZ SCHÖN GESUND!
APOTHEKEN UND DROGERIEN