

# Kultur, Gesellschaft & Wissen

## So können sich ältere Autofahrende auf den Test beim Hausarzt vorbereiten

**Fahrtauglichkeit** Im Alter steigt das Risiko von Verkehrsunfällen. Wenn die verkehrsmedizinische Untersuchung ansteht, werden manche etwas nervös. Ein neuer Ratgeber erklärt die Abläufe und bietet Übungen.

Andrea Söldi

Peter Lyoth ist gern und regelmässig mit dem Auto unterwegs. «Seit 60 Jahren fahre ich unfallfrei», betont der 82-Jährige aus Kehrsatz BE. Er brauche das Auto zum Einkaufen, für Besuche bei Freunden, Ausflüge und Spaziergänge, und früher sei er auch oft mit der Familie ins Ausland in die Ferien gefahren. Der ehemalige Chef des Bundesamts für Waffensysteme, Fahrzeuge und Material fühlt sich fit und gesund.

Seit dem 70. Altersjahr muss sich Lyoth alle zwei Jahre einer verkehrsmedizinischen Untersuchung unterziehen. Heute ist dieser zweijährliche Test erst ab 75 vorgeschrieben. Neben dem körperlichen Gesundheitszustand würden vor allem auch die kognitiven Fähigkeiten geprüft, erzählt Peter Lyoth. Dabei habe er einzelne Aufgaben als erniedrigend empfunden. «Ich musste zum Beispiel die 9er-Reihe rückwärts herunterleiern», erinnert er sich.

«Ich habe einen engen Freundeskreis, lese viel, interessiere mich für Politik und war bis vor einigen Jahren auch als Laienrichter tätig», betont Peter Lyoth. Was Demenz bedeutet, weiss er nur zu gut wegen seiner verstorbenen Frau, die daran erkrankt war und die er jahrelang zu Hause betreute. Seine Frau sei früher auch Auto gefahren, habe den Fahrausweis aber aus eigenem Antrieb abgegeben, erzählt der Witwer.

### Kennen des Ablaufs vermittelt Sicherheit

Kürzlich hat Peter Lyoth erneut einen Brief erhalten mit der Aufforderung, sich einer verkehrsmedizinischen Untersuchung zu unterziehen. Um sich darauf einzustellen, hat er sich das Buch «Meine Vorbereitung auf den Fahrtauglichkeitstest im Alter» beschafft. Der 2024 erschienene Ratgeber sowie die zugehörige Website [fahrtauglich.ch](http://fahrtauglich.ch) informieren umfassend über die rechtlichen Bestimmungen, den Ablauf der Kontrolle sowie die verschiedenen Tests und bieten Übungen, um die kognitiven Fähigkeiten zu trainieren. Auch wird zum Beispiel erklärt, dass die emotionale Reaktion bei einer nicht bestandenen Aufgabe in die Bewertung mit einfließen kann. «Die Tipps und Tricks haben mir sehr geholfen», sagt Lyoth.

«Viele fühlen sich verunsichert oder können nicht verstehen, wieso sie sich diesen Tests unterziehen müssen», sagt Paris Koumbarakis, der den Ratgeber zusammen mit Lukas Glaus verfasst hat. Die Nervosität könne dazu führen, dass die Betroffenen schlechter abschnitten, als sie es in entspanntem Zustand würden – zum Beispiel bei der Aufgabe, sich drei Begriffe zu merken, an die man sich am Schluss des Gesprächs erinnern soll. «Der Ratgeber soll ältere Autofahrende mit dem Ablauf der Untersuchung vertraut machen, damit sie wissen, was auf sie zukommt», erklärt Koum-



Für Peter Lyoth bedeutet das eigene Auto Unabhängigkeit. Den Fahrtauglichkeitstest empfand er teilweise als stigmatisierend. Foto: Beat Mathys

barakis. Die beiden Autoren sind selbst erst Mitte dreissig. Auf die Buchidee sind sie gekommen, als ihre Eltern die Aufforderung zur Kontrolle erhielten.

### Risiko steigt markant ab 80. Altersjahr

Dass die regelmässige Überprüfung wichtig und sinnvoll ist, bezweifeln die beiden jedoch nicht. Entscheidend sei dabei die pflichtbewusste Durchführung durch die Fachpersonen, betont Koumbarakis. Auf ihrer Website zeigen die Autoren auch auf, wie Menschen, die nicht mehr Auto fahren dürfen, trotzdem mobil bleiben und ihre Bedürfnisse wahrnehmen können – etwa mit Elektrokleinfahrzeugen oder Lieferdiensten. Ihr Newsletter TrainMyBrain bietet zudem Unterstützung, um die geistige Fitness langfristig für den Alltag zu stärken.

Wie eine neuere Auswertung des Bundesamts für Statistik nämlich zeigt, verursachen über 80-jährige Autofahrende im Ver-

**«Manche können den Bescheid gut akzeptieren, andere beschweren sich oder reagieren aggressiv.»**

Jaroslav Hrenak  
Hausarzt

hältnis zu den gefahrenen Kilometern mit Abstand am meisten Unfälle. Dies, weil viele ältere Menschen nicht mehr täglich und nur noch kürzere Strecken fahren. Bei betagten Frauen liegt die Quote sogar noch 50 Prozent höher als bei Männern. Die Ereignisse steigen im Vergleich zur Gruppe der 65- bis 79-Jährigen markant an. In absoluten Zah-

len sind Männer zwischen 18 und 24 Jahren jedoch die häufigsten Unfallverursacher. Bei dieser Gruppe liegt es eher an fehlender Fahrpraxis, überhöhter Geschwindigkeit, Übermut und Ablenkung, während bei Hochbetagten körperliche und geistige Einschränkungen massgeblich sind.

Die medizinische Einschätzung der Fahrtauglichkeit ist Aufgabe von Ärztinnen und Ärzten und erfolgt in vier Stufen. Für die grundlegende Untersuchung bei Menschen ab 75 müssen sie lediglich eine Selbstdeklaration ausfüllen. Für Beurteilungen auf Stufe 2 (Eignung für das Lenken grösserer Fahrzeuge wie etwa Lastwagen), Stufe 3 (Personen mit Körperbehinderungen oder Seniorinnen und Senioren mit Einschränkungen) sowie Stufe 4 (Zweifel an Fahreignung) braucht es eine Weiterbildung.

Fachpersonen mit den entsprechenden Zulassungen sind auf dem Portal [medtraffic.ch](http://medtraffic.ch) zu finden. Wer seine Fähigkei-

ten selbst einschätzen möchte, kann auf der Website der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) auch online einen Check durchführen.

### Anamnesegespräch und körperliche Untersuchung

Jaroslav Hrenak, Hausarzt am Medbase-Gesundheitszentrum in Bern, beginnt die Untersuchung auf Stufe 1 jeweils mit einem ausführlichen Anamnesegespräch. Zum Beispiel fragt er, wie oft und weit die Person noch fahre, ob es dabei Probleme gebe, ob es schon zu brenzlichen Situationen gekommen sei, wie es um den Alkoholkonsum stehe, welche Medikamente eingenommen würden und ob körperliche Krankheiten oder Schwächen vorlägen.

Danach folgt eine körperliche Untersuchung, bei der Hrenak zum Beispiel das Sehvermögen, die Reflexe, die Drehbeweglichkeit des Kopfes sowie die Kraft und das Gefühl in den Beinen und Füssen kontrolliert. Am

Schluss prüft der Arzt die kognitiven Fähigkeiten. Je nach Situation benutzt er dafür einen anderen der standardisierten Tests.

### Abklärungen können ins Geld gehen

Zeigen sich bei dieser Erstudien gewisse Einschränkungen, heisst das noch nicht, dass der Ausweis sofort abgegeben werden muss. Gelegentlich knüpfen Ärztinnen und Ärzte ihre Empfehlung an Auflagen wie etwa das Beschaffen einer geeigneten Brille oder die Abklärung einer Diabetes-Erkrankung durch eine Fachperson. Schwankungen des Blutzuckerspiegels können nämlich die Aufmerksamkeit beeinträchtigen, was im Verkehr zu gefährlichen Situationen führen kann.

Bei ungenügendem Testergebnis kann aber auch eine tiefergreifende Abklärung auf Stufe 3 angezeigt sein. Dabei gelte es zum Beispiel, Dokumentationen von Spezialärzten und Spitalbehandlungen beizuziehen, erklärt Hrenak. «Das ist zeitintensiv und kann teuer werden.» Da Autofahrwillige diese Leistungen selbst bezahlen müssten, sei es bei einer fortschreitenden Krankheit oft fraglich, ob sich der Aufwand lohne, nur um die Zulassung noch für ein paar Monate zu verlängern.

### Oft problematische Nähe zwischen Arzt und Patient

Findet die Beurteilung der Fahrtauglichkeit bei einem langjährigen vertrauten Hausarzt statt, kann die Nähe zwischen ihm und der betagten Person problematisch sein. In diesem Fall sei es wichtig, einen Rollenwechsel zu vollziehen, betont Jaroslav Hrenak. «Ich erbringe diese Leistung im Auftrag des Strassenverkehrsamts. Es geht nicht um die individuelle Gesundheit, sondern um die Verkehrssicherheit», betont der Arzt, der Abklärungen bis Stufe 3 durchführt. «Ich habe die Pflicht, dem Amt einen wahrheitsgetreuen Bericht abzuliefern.»

Wenn eine Ärztin oder ein Arzt zum Schluss komme, dass jemand nicht mehr in der Lage sei, sein Fahrzeug sicher zu steuern, müssten sie den Mut aufbringen, dies der Person so mitzuteilen. Am besten sei es natürlich, wenn man ihr die Situation behutsam aufzeigen könne und sie selbst einsehe, dass es an der Zeit wäre, den Ausweis abzugeben. «Manche können den Befund gut akzeptieren, andere beschweren sich oder reagieren aggressiv», sagt Hrenak.

Peter Lyoth hat den Test bei seiner Hausärztin letzte Woche erneut bestanden. Verschlechtert sich seine Gesundheit nicht, darf er für die nächsten zwei Jahre nach Lust und Laune Auto fahren. «Ich bin erleichtert», sagt der Rentner, der etwas oberhalb des Dorfzentrums wohnt. Er hofft, dass er noch lange in seinem vertrauten Einfamilienhaus bleiben und selbstständig für sich sorgen kann. «Ein Leben ohne Auto wäre für mich eine einschneidende Veränderung.»