

# Gut in Fahrt?

## Veränderungen im Alter

Mit zunehmendem Alter lässt die Leistungsfähigkeit der Sinnesorgane und des Körpers nach.

- **Sehvermögen:** Die Sehkraft bei Dämmerung und Dunkelheit sowie die Fähigkeit zur schnellen Scharfstellung nehmen ab. Die Wahrnehmung von Bewegungen am Rande des Gesichtsfeldes verschlechtert sich und die Blendempfindlichkeit nimmt zu. Lediglich die verminderte Sehschärfe lässt sich korrigieren.
- **Hörvermögen:** Etwa 30 Prozent aller 65-Jährigen hören nicht mehr gut. Das lässt sich mit modernen Hörhilfen verbessern.
- **Die Merkfähigkeit lässt nach** und die Vergesslichkeit nimmt zu.
- **Beweglichkeit:** Bestimmte Bewegungen wie das Kopfdrehen sind nur noch bedingt möglich. Arthrose und Rheuma sowie die abnehmende Körperkraft und langsamere Bewegungsabläufe können das Autofahren erschweren.
- **Reaktions- und Koordinationsvermögen:** Ältere Menschen reagieren langsamer und sind bei komplexeren Verkehrssituationen schnell überfordert. Unter Stress häuft sich die Gefahr von Fehleinschätzungen.
- **Krankheiten und Medikamente:** Herz- und Kreislaufleiden, Bluthochdruck und Zuckerkrankheit können das Fahrverhalten beeinträchtigen. Die Einnahme von Medikamenten und deren Kombination sollten mit einem Arzt abgesprochen werden.

