



Drogen

- Erstbehandlung
- Rückfall
- Migranten
- Paarentzug
- Cannabis/Amphetamine



Alkohol

- Erstbehandlung
- Rückfall
- Migranten
- Akutes Korsakow-Syndrom



Medikamente

- Schlaf- und Beruhigungsmittel (Benzodiazepine)
- Schmerzmittel



Behandlung bei Komorbidität (Doppeldiagnose)

Sucht und

- Angst
- Depression
- Posttraumatische Belastungsstörung

Kontakt zur Aufnahmeterminierung

Telefon: 02902 82-1745 oder 02945 981-1745

Weitere Infos und Online-Anmeldung

www.lwl-klinik-lippstadt.de/suchtmedizin
www.lwl-klinik-warstein.de/suchtmedizin

Fragen an den Sucht-Doktor

Unsere Serie

- Nr. 1 Alkoholfreies Bier – Rückfallgefahr für „trockene Alkoholiker“?!
- Nr. 2 Schlafstörungen Was hilft außer „Suchtmitteln“?
- Nr. 3 Alkohol – vom Genuss zur Abhängigkeit
- Nr. 4 Cannabis – harmlos oder „Teufelszeug“?
- Nr. 5 Alkohol zu viel? Zu oft? Und nun? Beratung, Hilfen, Entzug – Das Angebot der Psychiatrie
- Nr. 6 Pillen gegen die Sucht? Medikamente gegen Rückfall!
- Nr. 7 Informationen für Suchtkranke mit Kindern
- Nr. 8 Entzug und Suchtdruck: Alles Kopfsache!?
- Nr. 9 Langzeitgebrauch von Schlaf- und Beruhigungsmitteln
- Nr. 10 „Weniger ist mehr!“ - Wege zu einem risikoarmen Alkoholkonsum

Stand: Juni 2015

Bestellmöglichkeiten

Online als Download oder per Post unter www.lwl-kurzlink.de/sucht-doktor

Telefonisch bei Friedel Harnacke 02902 82-1777

V.i.S.d.P: LWL-Kliniken Warstein und Lippstadt, Abt. Suchtmedizin,
Dr. Rüdiger Holzbach, Franz-Hegemann-Straße 23, 59581 Warstein



Stark für die seelische Gesundheit

Der LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen ist der gemeinnützige Gesundheitsdienstleister des LWL, des Kommunalverbandes der 18 Kreise und 9 kreisfreien Städte in Westfalen-Lippe. Der LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen leistet einen entscheidenden Beitrag zur seelischen Gesundheit der Menschen in Westfalen-Lippe.

- über 100 Einrichtungen im Verbund: Krankenhäuser, Tageskliniken und Institutsambulanzen, Rehabilitationseinrichtungen, Wohnverbände und Pflegezentren, Akademien für Gesundheitsberufe, Institute für Forschung und Lehre
- ca. 9.250 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus allen Berufen des Gesundheitswesens
- ca. 180.000 behandelte und betreute Menschen im Jahr

Wir arbeiten für Sie in den Kreisen Borken, Coesfeld, Gütersloh, Höxter, Lippe, Paderborn, Recklinghausen, Soest, Steinfurt, Unna, dem Hochsauerlandkreis und dem Märkischen Kreis sowie in den kreisfreien Städten Bochum, Dortmund, Hamm, Herne und Münster.

www.lwl-psiatrieverbund.de

Fragen an den Sucht-Doktor

Nr. 3



Alkohol Vom Genuss zur Abhängigkeit

Alkohol ist in unserem Kulturkreis allgegenwärtig und wird akzeptiert bei geselligen Anlässen, beim Essen, zur Entspannung oder auch mal als „Seelenröster“. Auf der anderen Seite gibt es die Krankheit Alkoholabhängigkeit, die häufig mit den Gefühlen Scham und Schuld verbunden ist und den Gedanken „versagt zu haben“ oder „zu schwach zu sein“. Diese Gefühle und Gedanken verhindern oftmals, dass rechtzeitig Hilfe in Anspruch genommen wird, wie es bei jeder anderen Erkrankung selbstverständlich wäre.

Alkoholabhängigkeit – eine Krankheit wie jede andere?

Ja, denn Alkoholabhängigkeit hat wie jede andere Erkrankung Ursachen, sie hat einen typischen Verlauf und sie ist behandelbar!

Wie wird man alkoholabhängig?

Jeder Mensch, der lange genug und häufig genug eine ausreichende Menge Alkohol trinkt, wird alkoholabhängig. Dabei können Dauer, Häufigkeit und Trinkmenge individuell sehr unterschiedlich sein. Fest steht aber: Je jünger die Menschen bei Beginn, je höher das genetische Risiko, je unkritischer das jeweilige Umfeld den Alkoholkonsum sieht und je größer die tägliche Menge konsumierten Alkohols ist, umso schneller wird sich die Abhängigkeit entwickeln. Dabei gibt es keine unbedenkliche Menge, da, unabhängig von der Frage einer Abhängigkeitsentwicklung, Alkohol die Zellen des Körpers angreift und schädigt und auch Stoffwechselforgänge negativ beeinflusst. Die immer wieder zu lesende Aussage, dass ein Glas Rotwein pro Tag gut sei als Vorbeugung gegen Herzinfarkt, gilt nur für eine kleine Gruppe Herzkranker, nicht für gesunde Menschen.

Warum wird man alkoholabhängig?

Jeder Mensch ist im Laufe seines Lebens diversen Belastungen und kritischen Situationen ausgesetzt. Jeder Mensch ist dabei unterschiedlich belastbar und verfügt über unterschiedliche Strategien, mit Belastungen umzugehen. Eine zunächst sehr erfolgreiche Strategie ist der Einsatz von Alkohol! Er hilft dem Ängstlichen, mutiger zu werden, dem Schüchternen, verwegener aufzutreten, dem Gestressten, besser zu entspannen, dem Traurigen, fröhlicher zu sein, dem Ideenlosen, kreativ zu sein, dem Lustigen, noch lustiger zu werden und, und, und... Da Alkohol in so vielen Lebenssituation hilfreich ist, wird er dann immer öfter eingesetzt.



Warum ist Alkoholabhängigkeit eine Krankheit?

Wenn Alkohol sehr häufig getrunken wird, setzt eine Gewöhnung ein. Reichte früher ein „Feierabend-Bier“, müssen es im weiteren Verlauf zunächst zwei und dann immer mehr sein. Dies ist kein psychologischer Effekt, sondern ein körperlich-biologischer Prozess. Alkohol wirkt im Körper überwiegend – zumindest in höherer Dosierung – dämpfend, wie eine „Bremse“ für das Gehirn. Das Gehirn gleicht diese Dämpfung im Rahmen der Gewöhnung aus, indem es „Gas gibt“. Das führt beim Ausbleiben von Alkohol zum Überwiegen der Gegenregulation (da der Körper weiter „Gas gibt“) – die Betroffenen werden unruhig, nervös, gereizt. Blutdruck und Puls steigen an – typische Entzugserscheinungen.

Je weiter die Abhängigkeit fortgeschritten ist, umso mehr verselbstständigt sich die körperliche Gegenregulation und um so spürbarer wird sie für den Betroffenen. Das bedeutet, die Entzugserscheinungen werden immer heftiger und somit auch immer schwerer auszuhalten. Irgendwann ist dann der Punkt erreicht, an dem die Entzugserscheinungen nur noch

durch erneutes Trinken von Alkohol einigermaßen erträglich gestaltet werden können. Es geht dann nicht mehr darum, mutiger, lustiger, kreativer, entspannter, etc. zu werden, sondern nur noch darum, (zumindest einigermaßen) handlungsfähig zu sein.

Verlauf einer Alkoholabhängigkeit

Zwischen gelegentlichem Genusstinken bis hin zu schwerer Abhängigkeit bestehen fließende Übergänge. Je ausgeprägter die körperlichen Symptome sind, umso weiter ist die Abhängigkeit fortgeschritten. Aber schon viel früher beginnt die Toleranzentwicklung (es werden größere Mengen Alkohol vertragen) und daraus resultiert eine Steigerung der Trinkmenge. Das wiederum hat zur Folge, dass der zeitliche Aufwand „rund um den Alkohol“ (Beschaffung, Konsumzeit, Erholung davon) steigt. Trotz (erster) negativer Folgen auf entweder körperlicher, psychischer oder sozialer Ebene wird der Konsum fortgesetzt.

Was kann das Umfeld tun?

Verwandte, Freunde und Kollegen von Betroffenen sehen oftmals viel früher die Folgen des Alkoholkonsums, als der Betroffene selber (sich dies eingestehen kann). Angehörige sollen aber nicht Diagnosen stellen wie zum Beispiel „Du bist Alkoholiker“, sondern die negativen Veränderungen aktiv ansprechen, diese nicht entschuldigen und auch die Folgen nicht herunter spielen. Erst wenn für die Betroffenen erkennbar wird, dass die negativen Folgen des Alkoholkonsums größer sind / größer sein werden als die Vorteile, wird die Veränderungsmotivation wachsen. Dann sind sie in aller Regel auch bereit, fachliche Hilfen in Anspruch zu nehmen.

Was kann man selber tun?

Es gibt in Deutschland ein wohnortnahes, gut ausdifferenziertes Hilfesystem für jede Phase der Erkrankung. Ambulante Beratungen bieten Institutsambulanzen der psychiatrischen Abteilungen und Kliniken sowie Suchtberatungsstellen (im Telefonbuch und in den meisten Tageszeitungen

stehen die Adressen). Stationären Entzug bieten psychiatrische Abteilungen und Kliniken an, langfristige Hilfen gibt es in Reha-Kliniken, Selbsthilfegruppen, psychiatrischen Institutsambulanzen und Beratungsstellen.

Kriterien der Alkoholabhängigkeit

Wenn drei der sechs nachfolgenden Kriterien innerhalb eines Jahres erfüllt sind, wird üblicherweise die Diagnose einer Alkoholabhängigkeit gestellt:

- starker Wunsch bis hin zum Zwang, Alkohol zu konsumieren,
- verminderte Kontrollfähigkeit bezüglich des Beginns, der Menge und der Beendigung des Konsums,
- körperliche Entzugserscheinungen,
- Toleranzentwicklung mit Dosissteigerung,
- Vernachlässigung anderer Vergnügen oder Interessen zugunsten des Alkoholkonsums mit entsprechend erhöhtem Zeitaufwand für Beschaffung, Konsum und Erholung von den Folgen,
- anhaltender Alkoholkonsum trotz schädlicher körperlicher, psychischer oder sozialer Folgen.

Besondere Behandlungsangebote der Abteilung

Am Standort Warstein bieten wir im Qualifizierten Alkoholentzug unterschiedliche Behandlungsbausteine an, differenziert nach der Behandlungserfahrung der Betroffenen. Darüber hinaus führen wir hier auch spezielle Behandlungen für chronisch mehrfach beeinträchtigte Abhängigkeitskranke durch. Am Standort Lippstadt bieten wir neben dem Qualifizierten Alkoholentzug spezielle Programme für Menschen mit einer Suchterkrankung und gleichzeitiger Depression oder Angststörung an.

Mehr zum Thema

Beachten Sie auch die Ausgaben 5, 7 und 10 unserer Reihe „Fragen an den Suchtdoktor“ unter www.lwl-kurzlink.de/sucht-doktor.