

Sucht ist eine Krankheit

Ein Wegweiser für Interessierte,
Betroffene und Nahestehende



Deutsch

Impressum

Sucht ist eine Krankheit.
Ein Wegweiser für Interessierte, Betroffene und Nahestehende.

Herausgeber:
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Königstraße 6
30175 Hannover

Gefördert durch:
Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege
Haidenauplatz 1
81667 München

Redaktion: Matthias Wenzlaff-Eggebert, Ramazan Salman,
Ahmet Kimil, Elena Kromm-Kostjuk

Lektorat, Layout & Satz: Bernd Neubauer

Übersetzung: Dolmetscherdienst des
Ethno-Medizinischen Zentrums e. V.

Bildquellen: Fotolia.com

Wenn in diesem Wegweiser Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden die männliche Schreibweise verwendet. Es sind jedoch weibliche und männliche Personen gleichermaßen gemeint. Dies geschieht aus Gründen des besseren Leseflusses und ist nicht als diskriminierend zu verstehen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jeder Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung durch den Herausgeber.

1. Auflage
November 2016

Dieser Wegweiser ist in den Sprachen Arabisch, Deutsch, Englisch, Russisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch und Türkisch erhältlich.
www.mimi-bestellportal.de



Vorwort

Sucht und ihre Folgen sind ein wichtiges Thema für die Gesundheitsförderung und Prävention in Deutschland.

Die Folgen des Alkoholkonsums kosten pro Jahr bis zu 74.000 Menschen in Deutschland das Leben, so der Drogen- und Suchtbericht 2016 der Drogenbeauftragten der Bundesregierung. Die Kosten alkoholbedingter Gesundheitsschäden werden auf jährlich 26,7 Mrd. Euro geschätzt.

Dem Bericht nach sind in Folge des Konsums von **Opioiden/Opiaten** allein oder in Verbindung mit anderen Substanzen in 2015 1.226 Menschen verstorben; dies ist ein Anstieg um rund 19 % im Vergleich zu der Anzahl der drogenbedingten Todesfälle im Vorjahr. Glücksspiel ist unter Männern häufiger verbreitet, besonders unter jungen Erwachsenen und solchen mit Migrationshintergrund und niedrigem Bildungsstatus.

Für Menschen mit Migrationshintergrund können Sprachschwierigkeiten, kulturelle Missverständnisse und Unkenntnis der geltenden Versorgungsstrukturen dazu führen, dass sie Angebote der Suchthilfe nur unzureichend in Anspruch nehmen. Neben den sprachlichen, kulturellen und strukturellen Barrieren unterscheiden sich auch die Erklärungsmodelle für Suchterkrankungen in den verschiedenen Herkunftskulturen.

Diese Unterschiede beeinflussen den Umgang mit den Betroffenen innerhalb der Migrantengruppen. Sie müssen aber auch vom Gesundheitssystem bei der Auswahl und Anwendung der Behandlungsmethoden und -formen berücksichtigt werden. Migrationserfahrung kann an sich ein Risikofaktor für die Entstehung einer Suchterkrankung sein, da diesen Menschen enorme Anpassungsleistungen abverlangt werden, die eine zusätzliche Stressbelastung darstellen.

Die Auswirkungen von Sucht auf die Gesundheit und Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen, auf ihren Lebensunterhalt und ihre Teilhabe am sozialen Leben sind beträchtlich.

Dieser Ratgeber erklärt, was Sucht ist, wie sie auf Menschen wirkt, wie sie behandelt werden kann und an wen sich Betroffene und Angehörige wenden können. Mit der Herausgabe der Broschüre in Ihrer Muttersprache möchten wir es Ihnen ermöglichen, sich besser zu diesem wichtigen Gesundheitsthema informieren zu können.

Ramazan Salman
Geschäftsführer des Ethno-Medizinischen Zentrums e.V.

Inhalt

Was ist Sucht?	5
Substanzgebundene Sucht.....	5
Verhaltensgebundene Sucht.....	6
Sucht – eine behandelbare Krankheit.....	7
Sucht und Gesellschaft.....	8
Warum werden Menschen süchtig?.....	8
Sucht und Recht	9
Legale und illegale Drogen.....	9
Jugendschutz.....	9
Drogenrecht.....	10
Aufenthaltsrecht.....	10
Suchtstoffe und ihre Wirkung	12
Alkohol.....	12
Nikotin (Tabak).....	13
Cannabis.....	14
Amphetamine, Methamphetamine, LSD und Partydrogen.....	15
Heroin.....	17
Kokain.....	17
Benzodiazepine.....	18
Hilfe bei Sucht und Abhängigkeit	19
Der Ausstiegsprozess – Ziele.....	19
Verlauf und Begleitung.....	20
Therapiemöglichkeiten.....	20
Co-Abhängigkeit.....	22
Schweigepflicht.....	22
Wer bezahlt die Kosten für Suchttherapie in Deutschland?.....	22
Suchtprävention	24
Persönlichkeit stärken.....	24
Gut informiert sein.....	25
Darüber sprechen.....	25
Professionelle Hilfe nutzen.....	25
Glossar	26
Wichtige Einrichtungen und Adressen	31

Die einzelnen Suchtstoffe werden in dem Kapitel „Suchtstoffe und ihre Wirkung“ erklärt; zu den **dunkelrot** hervorgehobenen Begriffen finden Sie im Glossar die jeweilige Begriffsdefinition. Die Begriffe „Sucht“ und „Abhängigkeit“ werden synonym verwendet.

Was ist Sucht?

Rauscherfahrungen gehören zu den ältesten Begleitern der Menschheit. Rauschdrogen hatten und haben in vielen Kulturen eine soziale und religiöse Bedeutung. Insbesondere der Konsum legaler Drogen hat soziale Relevanz und wird von Generation zu Generation weitergegeben.

Auf die **Psyche** wirkende Substanzen – zum Beispiel Schmerzmittel oder Medikamente gegen **Depressionen** oder **Angststörungen** – wurden und werden in der Medizin zur Behandlung eingesetzt. Ein kontrollierter und wohl dosierter Gebrauch einer solchen Substanz löst normalerweise keine Abhängigkeit aus. Wichtig ist, zwischen Rauscherfahrung, Gebrauch und Missbrauch von Substanzen sowie zwischen Gewöhnung und Abhängigkeit zu unterscheiden.

Missbrauch ist ein Gebrauch von Substanzen, der vom jeweils kulturell und gesellschaftlich oder auch wissenschaftlich definierten Durchschnitt abweicht und zudem, ohne dass eine Sucht vorliegt, gesundheitsschädlich sein kann. Ein weiteres Merkmal ist die Schädigung des Konsumenten und seines Umfelds. Häufiger Missbrauch kann zu einer Gewöhnung und letztlich zu einer Abhängigkeit führen.

Wenn Sie süchtig nach etwas sind (z. B. Alkohol, Nikotin oder anderen Drogen), dann sind Sie physisch und/oder **psychisch** abhängig von dem Konsum bestimmter Substanzen. Sie entwickeln eine Toleranz. Toleranz bedeutet, dass man mit der Zeit

immer größere Mengen der Droge braucht, um den erwünschten Effekt zu erzielen. Die Droge zu bekommen, sie zu nehmen und sich von der Wirkung zu erholen, nimmt eine Menge Zeit in Anspruch. Abhängige vernachlässigen wichtige Dinge wie Arbeit, Schule und/oder soziale Kontakte. Eine Eigenschaft von Drogenabhängigkeit ist, dass man nicht mehr in der Lage ist, den Drogenkonsum zu kontrollieren oder zu stoppen. Ein ständiger Druck ist vorhanden, ein unwiderstehliches Bedürfnis, die Droge zu nehmen.

Ähnlich verhält es sich auch mit bestimmten, an sich normalen Verhaltensweisen (z. B. Glücksspiel, Gebrauch von Internet oder PC), die unangepasste, durch den Betroffenen nicht mehr zu kontrollierende Formen annehmen können. In diesem Fall spricht man von „Verhaltenssucht“. Der Unterschied zwischen substanzgebundenen und verhaltensgebundenen Süchten wird in den beiden folgenden Kapiteln erklärt.

Substanzgebundene Sucht

Im Mittelpunkt der öffentlichen Diskussion stehen vor allem die illegalen Substanzen (zum Beispiel Cannabis, LSD, Heroin, Kokain). Aber gerade die legalen Suchtstoffe wie Alkohol, Nikotin oder auch Medikamente haben wegen der von ihnen verursachten individuellen und gesellschaftlichen Schäden eine große Bedeutung. Legale Drogen genießen eine gesellschaftliche Anerkennung, die es erschwert, ihre möglichen

negativen gesundheitlichen und psychischen Wirkungen und Folgen realistisch einzuschätzen.

Legalen Drogenkonsum (Nikotin, Alkohol, Medikamente) ist eng mit dem Alltag unserer modernen Industriegesellschaft verwoben. Drogenkonsum ist kein spezielles Jugendphänomen, sondern in erster Linie ein Erwachsenenverhalten, das Heranwachsende kopieren. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um legale oder illegale Drogen handelt (siehe Abschnitt „Sucht und Recht“). Risikofaktoren, die einen übermäßigen Konsum illegaler oder legaler Drogen bei jungen Menschen begünstigen können, sind unter anderem:

- Traumatische Erlebnisse
- Verfügbarkeit von Drogen
- Drogenkonsum in der Familie
- Frühe psychische Störungen
- Depressivität
- Unrealistische Selbsteinschätzung
- Soziale Feindseligkeit
- Hohes Unabhängigkeitsstreben
- Hohe Gleichgültigkeit
- Geringe Frustrationstoleranz

Besonders empfänglich für den Konsum von Drogen, und damit in Gefahr, eine Abhängigkeit zu entwickeln, sind Jugendliche in typischen Schwellensituationen ihrer Entwicklung, wie z.B. erste Liebe, Schulwechsel, Ablösung vom Elternhaus, Migration, Flucht oder Einstieg ins Berufsleben.

Der Konsum von Drogen kann soziale Kontakte erleichtern, ein Selbstheilungsversuch sein oder eine Reaktion auf Perspektivlosigkeit im gesellschaftlichen Umfeld. Wenn der Drogenkonsum fortschreitet und zum Selbstzweck wird, kann er, manchmal über

mehrere Jahre, zur Abhängigkeitserkrankung führen.

Verhaltensgebundene Sucht

Verhaltensgebundene Süchte äußern sich in einer zwanghaften Wiederholung von bestimmten Verhaltensweisen. Das Verhalten dominiert die Gedanken der Betroffenen, ihre Handlungs- und Entscheidungsfreiheit ist stark eingeschränkt. Das Verhalten aktiviert dieselben Belohnungsmechanismen im Gehirn wie bei stoffgebundenen Süchten.

Verhaltenssüchte nehmen viel Raum in Anspruch, so dass die Betroffenen Probleme im sozialen und beruflichen Umfeld bekommen. Sie können zu sozialem Rückzug und Verwahrlosung führen. Das Abhängigkeitspotenzial, die sozialen sowie beruflichen Folgen sind ähnlich schwerwiegend wie bei stoffgebundenen Süchten.

Eine der häufigsten Verhaltenssüchte ist die Glücksspielsucht (z. B. nach Lotto, Poker, Roulette oder auch Wetten). Geldspielautomaten bergen ein hohes Abhängigkeitsrisiko. Die Folgen einer Glücksspielsucht können mit massiver Verschuldung, Beschaffungskriminalität, sozialer Isolierung und – im schlimmsten Fall mit Selbstmord – sehr drastisch sein.

Ein weiteres Beispiel ist die Computer- und Internetsucht. Sie wird gegenwärtig genauer erforscht, um **Diagnose** und Behandlung zu präzisieren.



Sucht – eine behandelbare Krankheit

Sucht wird in Deutschland seit 1968 als Krankheit anerkannt, die behandelt werden kann. Sucht ist auch nach den internationalen Kriterien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) eine behandelbare Erkrankung. Zurzeit werden die folgenden sechs Kriterien des ICD 10 Diagnosesystems (Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme) der Weltgesundheitsorganisation angewendet, um eine Abhängigkeitserkrankung von einer Substanz festzustellen:

- Starkes Verlangen oder Zwang zum Konsum einer Substanz
- Verminderte Kontrollfähigkeit bzgl. Konsum
Die Betroffenen sind nicht mehr in der Lage, den Drogenkonsum zu kontrollieren oder zu stoppen.
- Ein körperliches Entzugssyndrom
Wird das Rauschmittel nicht eingenommen, stellen sich sogenannte Entzugssymptome ein (z.B. Schwitzen, Schmerzen etc.).
- Nachweis einer Toleranz/Dosissteigerung
Über die Zeit entwickelt sich eine Toleranz. Das bedeutet, dass Sie mit der Zeit immer größere Mengen der Droge brauchen, um ein Gefühl der Befriedigung zu erzeugen.
- Vernachlässigung anderer Vergnügen/Interessen
Die Droge zu bekommen, sie zu konsumieren und sich von der Wirkung zu erholen nimmt immer mehr Zeit in Anspruch. Abhängige vernachlässigen wichtige Dinge wie Arbeit, Schule und/oder soziale Kontakte.

- Anhaltender Konsum trotz Nachweis der schädlichen Folgen
Die Droge wird letztlich trotz aller negativen Auswirkungen weiter eingenommen.

Eine Diagnose „Abhängigkeit“ wird dann gestellt, wenn innerhalb der letzten zwölf Monate mindestens drei der dargestellten Kriterien gleichzeitig vorhanden waren.

Die Diagnose „Pathologisches Spielen“ ist dann erfüllt, wenn ein beharrliches, wiederholtes Glücksspiel anhält, welches die Lebensführung des Betroffenen beherrscht und zum Verfall der sozialen, beruflichen, materiellen und familiären Werte und Verpflichtungen führt (nach ICD-10).

Sucht und Gesellschaft

Unsere Gesellschaft begegnet Suchtkranken noch oft mit Angst, Ablehnung und **Stigmatisierung**. Besonders wenn es um illegale Drogen geht, Menschen wegen ihrer Suchtkrankheit unangenehm auffallen oder andere belasten, werden sie oft ausgegrenzt statt unterstützt und behandelt zu werden. Zudem bringen Gesetzesübertretungen im Zusammenhang mit illegalen Drogen suchtkranke Menschen in Kontakt mit Polizei und Strafvollzug.

Warum werden Menschen süchtig?

Bei der Entstehung von Abhängigkeit wirken mehrere Faktoren aus drei unterschiedlichen Gruppen zusammen:

Umwelt – z.B. Sucht in der Familie, Schul-, Arbeits- und Beziehungsstress, fehlende Perspektiven oder bestimmte Ereignisse. Auch Drogenkultur und Wertvorstellungen im sozialen Umfeld gehören dazu.

Person – z.B. vererbte Anfälligkeit, Persönlichkeit, Erwartungshaltung und Lebensstil.

Droge – z.B. Verfügbarkeit, Wirkungsweise, Dosis, Dauer und Intensität des Konsums.

Die Erscheinungsformen der Abhängigkeit sind vielfältig und auf diese gesellschaftlichen, sozialen und individuellen Faktoren zurückzuführen. Erleben von traumatischen Ereignissen sowie fehlende Unterstützung und Förderung über die gesamte Lebensspanne hinweg können zur Ausprägung des Krankheitsbildes und Verfestigung des Krankheitsverlaufs beitragen.

Menschen, die aus Konfliktzonen fliehen, haben häufig **traumatische** Ereignisse erlebt, sowohl vor als auch während ihrer Flucht. Sie brauchen deshalb gezielte Aufmerksamkeit bzw. Therapieangebote, um die Entstehung von Abhängigkeitserkrankungen zu verhindern oder ggf. zu behandeln.

Für die einzelnen Betroffenen und auch für das soziale und gesellschaftliche Umfeld können schwerwiegende Schädigungen entstehen, die ein breites Spektrum an therapeutischen Hilfsangeboten erforderlich machen.

Sucht und Recht

Legale und illegale Drogen

Wie oben bereits beschrieben, unterscheidet man im Allgemeinen legale und illegale Drogen. Legale Drogen, manchmal auch „Alltagsdrogen“ genannt, sind allgemein (für Erwachsene) gesellschaftlich akzeptierte und frei zugängliche Substanzen wie Alkohol und Nikotin (z.B. in Form von Tabak), deren Besitz und Konsum erlaubt sind. Auch die Einnahme von Medikamenten wie Beruhigungsmitteln, Schlaf- und Schmerzmitteln ist rechtlich gesehen erlaubt.

Illegal ist der unberechtigte Umgang mit Substanzen, die beispielsweise unter das Betäubungsmittel- oder Arzneimittelgesetz fallen. Verboten ist u.a. der Handel, die Abgabe, aber auch der Besitz. Im Gegensatz zur Behauptung vieler Leute ist auch der Besitz kleinster Mengen „zum Eigengebrauch“ verboten.

Es gibt mehrere Gesetze in Deutschland, die den Umgang mit legalen sowie illegalen Drogen regeln.

Jugendschutz

Das Jugendschutzgesetz dient dem Schutz der Jugendlichen in der Öffentlichkeit. Es dient unter anderem dazu, die Abgabe und den Konsum von Kindern und Heranwachsenden zu legalen Suchtmitteln zu verhindern. Damit soll es einen Freiraum schaffen, in dem Eltern, Betreuer und Lehrer junge Menschen über die Wirkung und

Rolle dieser Substanzen in der Gesellschaft aufklären können, bevor diese selbst über ihren Konsum entscheiden.

Hier die wichtigsten Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes zu Alkohol, Tabakwaren und Glücksspiel:

- Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren dürfen in der Öffentlichkeit keinen Branntwein oder branntweinhaltige Getränke erhalten oder konsumieren.
- Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren dürfen keine alkoholischen Getränke wie Bier, Wein und Sekt erhalten oder konsumieren.
- An Jugendliche unter 18 Jahren dürfen keine Tabakwaren abgegeben werden, und erst ab 18 Jahren dürfen sie in der Öffentlichkeit rauchen. Dies gilt auch für Tabake, die in oder für Wasserpfeifen (**Schischas**) angeboten werden und für **E-Zigaretten**.
- Jugendlichen unter 18 Jahren ist das Spielen an Geldspielgeräten nicht gestattet.
- Veranstalter und Gewerbetreibende sind verpflichtet, das Lebensalter zu überprüfen.

Drogenrecht

Von legalen Drogen abhängige Menschen können Konsum, Beschaffung und Bevorratung ihres Suchtmittels innerhalb gewisser Grenzen oft sozial unauffällig gestalten. Dagegen kommen die Konsumenten illegaler Drogen bereits zu Beginn ihrer „Drogenkarriere“, auch wenn es sich zunächst um das Experimentieren Heranwachsender handelt, mit dem Gesetz in Berührung. Die Polizei ist gesetzlich zur Strafverfolgung verpflichtet und muss sämtliche Gesetzesverstöße, so beispielsweise gegen das Betäubungsmittelgesetz (BtMG), zur Anzeige bringen.

Dieses Gesetz hat zum Zweck und Ziel, die menschliche Gesundheit zu schützen sowie den Drogenhandel und -konsum zu bekämpfen.

Der Eigenkonsum ist als solcher nicht strafbar, jedoch der Besitz von Drogen. Bei geringer Schuld, meist beim Eigenkonsum von „weichen Drogen“ (u.a. von Cannabisprodukten) ohne Fremdgefährdung (dies wird allerdings von Bundesland zu Bundesland anders gehandhabt), kann das Verfahren einmalig eingestellt werden. Von einer Strafverfolgung wird zunächst nicht abgesehen.

Zur ärztlichen Behandlung, z.B. einer Abhängigkeit oder zur Schmerzbehandlung, dürfen bestimmte Betäubungsmittel verschrieben werden.

Mit Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder Geldstrafe werden z.B. Anbau, Herstellung, Einfuhr und auch der Besitz von Betäubungsmitteln belegt.

Das **Mindeststrafmaß** steigt, wenn z.B. Drogen an Personen unter 18 Jahren verkauft werden, es sich um größere Mengen handelt oder leichtfertig der Tod eines Menschen verursacht wird.

Aufenthaltsrecht

Suchtkranke Migranten sind viel stärker vom Verlust ihrer Existenzgrundlage bedroht als Einheimische. Eine Suchterkrankung kann auch zur Obdachlosigkeit und Einweisung in eine Notunterkunft führen. Die Elendspirale kann so im Einzelfall zum Verlust des Aufenthaltsrechts führen, selbst wenn die betroffene Person sich nicht strafbar gemacht hat.

Für Menschen, die keine deutschen Staatsbürger sind, kann eine Verurteilung wegen Verstößen gegen das BtMG auch die **Ausweisung** nach sich ziehen. Auch „Alltagskriminalität“, z.B. Ladendiebstahl, Schwarzfahren sowie Gefährdung des Straßenverkehrs kann zum Verlust des **Aufenthaltstitels** führen.

Nach dem Betäubungsmittelgesetz kann ein Ausländer ausgewiesen werden, wenn er „Heroin, Kokain oder ein vergleichbar gefährliches Betäubungsmittel verbraucht und nicht zu einer erforderlichen, seiner **Rehabilitation** dienenden Behandlung bereit ist oder sich ihr entzieht“. **Rehabilitationsbereitschaft** schützt dann nicht mehr vor Ausweisung, wenn mit Betäubungsmitteln gehandelt wurde.

Ausländer werden zwingend ausgewiesen, wenn sie eine **Jugendstrafe** von mindestens zwei Jahren oder eine **Freiheitsstrafe** ohne **Bewährung** erhalten (Heranwach-

sende und Minderjährige nach Ermessen). Selbst wenn eine günstige **Prognose** für die gesellschaftliche Wiedereingliederung gestellt wird, schützt dies nicht vor Ausweisung. Sie kann auch zur Abschreckung anderer erfolgen. Menschen mit z. B. **Niederlassungserlaubnis** oder deutschem (Ehe-) Partner sowie anerkannte Asylbewerber sind in der Regel etwas besser geschützt.

Der Sonderstatus von EU-Bürgern (als Folge des Assoziationsvertrages zwischen der EG und der Türkei trifft dies teilweise auch auf türkische Arbeitnehmer und deren Familienangehörige zu) bedeutet, dass einem

Suchtkranken die Einreise und die erste Aufenthaltserlaubnis verweigert werden kann. Tritt eine Suchterkrankung erst nach der Wohnsitznahme im Bundesgebiet auf, darf aber allein deswegen der weitere Aufenthalt nicht versagt werden. Ist hingegen ein EU-Bürger im illegalen Betäubungsmittelhandel tätig, bejahen die Gerichte in der Regel eine schwerwiegende Gefährdung der öffentlichen Sicherheit und Ordnung, sodass das europaweite **Freizügigkeitsrecht** eingeschränkt und der EU-Bürger ausgewiesen werden kann.



Suchtstoffe und ihre Wirkung

Alle Drogen – legale wie illegale – haben eine psychotrope Wirkung, das heißt, sie wirken im zentralen Nervensystem und Gehirn. Sie verändern Wahrnehmung und Empfinden, unerwünschte Gefühle und Stimmungen treten in den Hintergrund. Diese Wirkung kann zu einem Teufelskreis werden und zu körperlicher und/oder psychischer Abhängigkeit führen, z.B. wenn die Person keine anderen Auswege und Möglichkeiten sieht, Probleme zu lösen und mit Gefühlen umzugehen. Mischkonsum, also die Einnahme mehrerer Substanzen gleichzeitig, ist immer sehr riskant, da sich die Wirkungen der Einzelsubstanzen gegenseitig verstärken.

Alkohol

Alkohol ist die in der Natur vorkommende Substanz Äthanol, die durch Vergärung von Zucker gewonnen wird. Sie ist seit Jahrtausenden in der Form von Getränken im Gebrauch des Menschen. Alkohol ist ein **Zellgift**. Sein Konsum kann zu körperlicher und psychischer Abhängigkeit führen. Alkohol ist legal (eingeschränkt durch das Jugendschutzgesetz und Regeln für die Sicherheit im Straßenverkehr und im Beruf) und sein Gebrauch weit verbreitet.

Wirkung:

Die Wirkung hängt unter anderem von der Menge, dem körperlichen und seelischen Zustand und der Gewöhnung ab. In geringer Menge wirkt Alkohol anregend und stimmungsaufhellend. Hemmungen

und Ängste werden abgebaut, Kontakt- und Kommunikationsbereitschaft gefördert. Bei größeren Mengen kann die Stimmung in Gereiztheit, emotionalen Kontrollverlust bis hin zu Aggression und Gewalt umschlagen, aber auch zu **Apathie** führen. Wahrnehmung und Aufmerksamkeit sind gestört, Urteilskraft, Koordination und Sprache

In Gramm Reinalkohol pro Tag

Risikoarmer Konsum

Frauen: bis 12 g
Männer: bis 24 g

Riskanter Konsum

Frauen: mehr als 12 g bis 40 g
Männer: mehr als 20 g bis 60 g

Gefährlicher Konsum

Frauen: mehr als 40 g bis 80 g
Männer: mehr als 60 g bis 120 g

Hochkonsum

Frauen: mehr als 80 g
Männer: mehr als 120 g

Verschiedene Gläser alkoholischer Getränke und ihr Alkoholgehalt in Gramm.

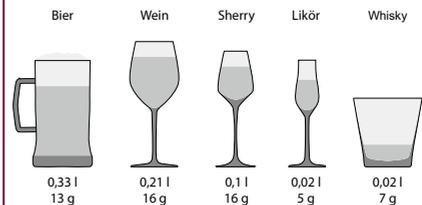


Abb. 1: Zahlen übernommen aus/Grafik in Anlehnung an DHS | Factsheets. Alkohol und gesundheitliche Risiken. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. www.dhs.de

beeinträchtigt. Ein sehr hoher Alkoholgehalt im Blut kann zu **Koma** und Tod führen.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) weist darauf hin, dass das Risiko, alkoholkrank zu werden, mit der Höhe des Alkoholkonsums einer Person steigt. In Abbildung 1 werden verschiedene Konsumklassen definiert. Dabei ist es wichtig zu erwähnen, dass es keinen risikofreien Alkoholkonsum gibt.

Risiken und Abhängigkeit:

Die eingeschränkte Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit führt zu Unfallgefahren im Straßenverkehr und Beruf – mit schweren, oft tödlichen Folgen. Aggressive Straftaten werden häufig unter Alkoholeinfluss begangen. Alkohol während der Schwangerschaft kann das Ungeborene stark schädigen. Regelmäßiger, erhöhter Alkoholkonsum kann schwere gesundheitliche Folgen haben: Leber, Herz und das Nervensystem werden beeinträchtigt, das Krebsrisiko (z. B. Mund- und Rachen, Speiseröhre, Brust) steigt. Wird der Alkohol abrupt abgesetzt, können schwere **Entzugserscheinungen** die Folge sein. Alkohol kann körperliche und psychische Abhängigkeit erzeugen, meist über einen langen Zeitraum. Da Alkohol fast überall verfügbar ist, ist das Risiko einer Abhängigkeitserkrankung sehr hoch.

Nikotin (Tabak)

Nikotin ist der Wirkstoff der aus Amerika stammenden Tabakpflanze. Daneben enthält Tabak mehr als 4.000 weitere Inhaltsstoffe, die auch beim **Passivrauchen** Schäden verursachen können. Tabak gehört

zu den legalen Drogen (eingeschränkt durch das Jugendschutzgesetz und Regelungen für öffentliche Räume). Obwohl meist als Zigaretten angeboten, ist Nikotin in allen Tabakprodukten enthalten, auch in Produkten für E-Zigaretten und **E-Schischas**. Nikotin erzeugt starke körperliche und psychische Abhängigkeit.

Wirkung:

Ungewohnter Tabakkonsum kann zu Vergiftungserscheinungen führen. Wer sich an Nikotin gewöhnt hat, empfindet durch das Rauchen gesteigerte Aufmerksamkeit, eine erhöhte Stresstoleranz sowie eine Abnahme von Erregung und Aggression. Die Wirkung ist abhängig vom individuellen Zustand: In einer Stresssituation ist sie eher beruhigend, bei Niedergeschlagenheit anregend. Zudem werden Situationen als angenehm erlebt, in denen geraucht wird: Die Zigarette nach dem Essen, in Gesellschaft, zum Kaffee – was zu einer Verknüpfung von positiven Situationen mit dem Rauchen führt.

Risiken und Abhängigkeit:

Die zahlreichen Schadstoffe im Tabak können schwere gesundheitliche Folgen haben, wenn jemand lange und regelmäßig raucht. Verkalkte und verengte Blutgefäße und geschädigte Atmungsorgane – von **chronischer Bronchitis** bis zum **Lungenkarzinom** – können Folgen des Rauchens sein. Tabakkonsum führt zu 40 bis 45 Prozent aller Krebstodesfälle. Es sterben jährlich rund 120.000 Menschen an den Folgen des Rauchens in Deutschland.

Cannabis

Cannabis ist ein Hanfgewächs mit psychoaktiven Wirkstoffen. Es hat eine Tradition als Nutz- und Heilpflanze, gehört zu den ältesten bekannten Rauschmitteln und ist auch unter jugendlichen Migranten sehr weit verbreitet.

Cannabis wird als Haschisch (umgangssprachlich „Dope“ oder „Shit“), Marihuana (umgangssprachlich „Gras“) oder als Haschischöl verwendet und gehört zu den illegalen Suchtmitteln deren Besitz, Anbau und Handel strafrechtlich verfolgt werden. Der Gehalt des Hauptwirkstoffs Tetrahydrocannabinol (THC) ist sehr unterschiedlich. Haschisch besteht hauptsächlich aus dem Harz der Blütenstände. Es wird häufig mit anderen Substanzen gestreckt. Marihuana sind meist die getrockneten und zerkleinerten Pflanzenteile.

Haschisch und Marihuana werden meist geraucht, neuerdings auch in den an die elektronische Zigarette angelehnten E-Joints. Gelegentlich wird Haschisch auch Getränken oder Joghurt zugegeben oder in Kekse eingebacken. Der Wirkungseintritt ist dabei verzögert und hält länger an.

Wirkung:

Cannabis wirkt vor allem psychisch. Wie es wirkt, hängt von der jeweiligen Grundstimmung sowie von Situation und Umgebung ab. Aber auch Dosis, Qualität und Streckende Beimischungen spielen eine Rolle. Grundsätzlich werden die bereits vorhandenen Stimmungen – ob positiv oder negativ – verstärkt.

Cannabis hebt die Stimmung. Je nach Gefühlslage treten Entspannung, innere

Ruhe, Ausgeglichenheit, Wohlbefinden, Wohlgestimmtheit, eine gewisse Heiterkeit sowie eine gesteigerte Kommunikationsfähigkeit ein. Häufig sind ein verminderter Antrieb und eine Tendenz zur Passivität. Gelegentlich werden akustische und visuelle Wahrnehmungen sowie das sexuelle Erleben intensiver.

Nebeneffekte können Denkstörungen sowie verminderte Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit sein. Niedergedrückte Stimmung, Unruhe, Ängste und Panik sind eher selten, ebenso wie Verwirrtheit oder alptraumartige Erlebnisse. Körperlich können ein erhöhter Blutdruck, eine leicht erhöhte Herzfrequenz, Augenrötungen sowie Übelkeit auftreten.

Risiken und Abhängigkeit:

Durch die akute Wirkung von Cannabis ist die Fahrtüchtigkeit eingeschränkt. Ob weitere Risiken bestehen, hängt vor allem davon ab, ob Cannabis gelegentlich, dauerhaft oder gewohnheitsmäßig genommen wird. Körperliche Folgeschäden bei gelegentlichem Konsum sind relativ selten, allerdings führt das Rauchen von Cannabis zu Lungen- und Bronchialerkrankungen sowie zu weiteren Gesundheitsschäden. Mittel- und langfristig kann ein hoher Konsum zur psychischen Abhängigkeit führen, ebenso zu Leistungsproblemen, Teilnahmslosigkeit und Aktivitätsverlust. Eine Gefahr besteht in der Auslösung von (schizophrenen) **Psychosen** bei entsprechend genetisch vorbelasteten Personen oder **Halluzinationen**. Allerdings liegt der THC-Gehalt in neuen Züchtungen mit über 30 Prozent viel höher als früher. Das hat zur Konsequenz, dass die Schwelle für Psychosen und Angsterkrankungen sinkt und das Abhängigkeitspotenzial steigt.

Für Jugendliche, besonders unter 16 Jahren, ist häufiger Cannabiskonsum mit mehr Risiken verbunden als für Ältere. Grund dafür ist die Tatsache, dass in dieser Zeit der Körper, vor allem das Gehirn, rasante Veränderungen und Entwicklungen durchmachen. Die Forschung hat erwiesen, dass bei Menschen, die schon als Jugendliche regelmäßig Drogen konsumiert haben, das Risiko deutlich höher ist, später von Suchtmitteln abhängig zu werden oder andere psychische Auffälligkeiten zu entwickeln. Langfristiger Konsum kann psychische und soziale Folgen haben: Einschränkungen im Bereich des Denkens und Urteilens zeigen sich als allgemeines Desinteresse und verminderte Belastbarkeit. Der Betroffene zieht sich in sich zurück und wird sich selbst und den Aufgaben des Alltags gegenüber immer gleichgültiger. Es kann zu psychischen Entzugssymptomen wie innerer Leere, Freudlosigkeit, Antriebsmangel, Konzentrationsstörungen, Unruhe, Schlafstörungen oder Appetitmangel kommen.

Amphetamine, Methamphetamine, LSD und Partydrogen

Amphetamine (umgangssprachlich „Speed“), Methamphetamine („Crystal“ oder „Glass“), LSD und Partydrogen wie Ecstasy („MDMA“, „XTC“, „Adam“ oder „Cadillac“) sind eine Gruppe erstmals im 19. Jahrhundert **synthetisch** hergestellter Substanzen, die teilweise auch in Medikamenten enthalten sein können. Sie gehören zu den illegalen Drogen.

Die chemische Struktur und Zusammensetzung synthetischer Drogen wechselt wegen der illegalen Produktion und Vermarktung oft, um das Gesetz zu umgehen („**legal**

highs“). Mit dem Neue-psychoaktive-Stoffe-Gesetz (NpSG) werden ganze Stoffgruppen verboten, so dass es künftig nicht mehr so einfach ist, durch kleine chemische Veränderungen neue gefährliche Substanzen auf den Markt zu bringen.

Je nach Art und Konsument werden sie in Pulver- oder Tablettenform geschluckt, geschnupft, in die Mundschleimhäute eingerieben, in gelöster Form **intravenös injiziert** oder gelegentlich auch als Zäpfchen verabreicht.

Wirkung:

Synthetische Drogen sind entweder **Psychostimulantien** (Amphetamine und Methamphetamine), **Entaktogene** (MDA, MDMA, MDE) oder **Halluzinogene** (LSD, DOM). Als psychoaktive Substanzen greifen sie in die Funktionen des zentralen Nervensystems ein. Je nach Substanz wirken sie auch als **Nervengifte** und/oder schädigen Leber, Nieren und Blutgefäße.

Niedrige Dosen der Psychostimulantien führen zu Euphorie, Rededrang, gesteigertem Selbstvertrauen, entspannter Aufmerksamkeit und einem Gefühl der Stärke. Konzentrations- und Leistungsfähigkeit werden erhöht, Müdigkeit und Schlafbedürfnis sowie Appetit und Hungergefühl unterdrückt. Körperlich werden die Bronchien erweitert, Pulsfrequenz, Blutdruck und Körpertemperatur steigen an. Mittlere bis hohe Dosen führen zu ausgeprägten Erregungszuständen, beschleunigter Atemfrequenz, Zittern, Unruhe und Schlafstörungen.

Methamphetamine ist hinter Cannabis die am zweithäufigsten konsumierte illegale Droge in Deutschland und wirkt ähnlich

wie Amphetamin. Da Methamphetamin schneller die Blut-Hirn-Schranke überwindet und der Abbau wiederum deutlich länger dauert, ist die Wirkung jedoch stärker und der Rausch von längerer Dauer. Die Wirkung einer üblichen Einmaldosis Amphetamin hält ungefähr sechs bis acht Stunden an. Bei Methamphetamin kann die Wirkung sechs bis 48 Stunden anhalten. Um wieder zur Ruhe zu kommen, werden häufig zusätzlich Cannabis oder Beruhigungsmittel konsumiert. Zudem können die Nebenwirkungen des Konsums mehrere Wochen anhalten. Bei häufigem Gebrauch lässt die Wirkungsdauer jedoch nach, da der Körper eine Toleranz gegenüber Methamphetamin aufbaut.

Ecstasy, das zur Gruppe der Entaktogene gehört, löst ein inneres Glücksgefühl und friedliche Selbstakzeptanz aus. Der Konsument fühlt sich angstfrei, empfindet ein verstärktes Selbstvertrauen, Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit verbessern sich. Visuelle und akustische Eindrücke können intensiviert und die Berührungsempfindung gesteigert, Schmerzempfinden sowie Hunger- und Durstgefühle vermindert werden. Je nach Umgebung zieht sich der Konsument zurück oder wird aktiv. Nach Abklingen der Wirkungen kommt es zu körperlicher Erschöpfung, möglicherweise zu Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Depressionen und Angstzuständen.

Halluzinogene rufen vor allem Sinnestäuschungen hervor und bewirken Veränderungen des Denkens und der Stimmung. Als charakteristisch gilt die Erleichterung des assoziativen Denkens, das sogenannte Gedankenspringen. Wie die Stoffe wirken, hängt entscheidend von den Begleitum-

ständen, wie Umgebung und Gemütslage, und von der Höhe der Dosis ab.

Risiken und Abhängigkeit:

Wer synthetische Drogen nimmt, weiß oft so gut wie nichts über Reinheit oder Zusammensetzung des jeweiligen Stoffes. Besonders riskant ist Mischkonsum.

Gefährliche unerwünschte Wirkungen sind unter anderem verlangsamte Herzrhythmus, Herzjagen, erhöhter oder verminderter Blutdruck, Schwitzen oder Frösteln, Übelkeit, Erbrechen, Gewichtsverlust, Muskelschwäche, Verwirrtheit und Krampfanfälle. Unvermittelt können Aggressionen und Gewalttätigkeiten, **Verfolgungswahn** und – eher selten – Halluzinationen auftreten.

Amphetamine können sehr schnell zu einer starken psychischen Abhängigkeit führen: Es beginnt oft ein körperlicher Verfall und der Betroffene zieht sich aus seinem sozialen Umfeld zurück. Überdosierungen und chronischer Konsum können zu Amphetaminpsychosen führen.

Bei Ecstasy kann es durch starke körperliche Aktivität zu Flüssigkeitsverlust kommen, der Körper trocknet aus und ist überhitzt. Lässt die Wirkung nach, treten häufig Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Reizbarkeit, depressive Verstimmungen und Gedächtnisstörungen ein.

Bei Halluzinogenen besteht die Gefahr von Fehlreaktionen, Unfällen und selbstzerstörerischen Handlungen. LSD kann der Auslöser von schweren Psychosen, Depressionen und **Phobien** sein. Die Gefahr einer psychischen Abhängigkeit ist gegeben.

Heroin

Heroin (in der Szenesprache „Schore“, „H“, „Braunes“ oder „Gift“ oder chemisch auch Diacetylmorphin genannt) ist ein durch chemische Prozesse aus dem Rohopium des Schlafmohns gewonnenes Pulver mit betäubender und zugleich euphorisierender Wirkung.

Die Qualität des auf dem illegalen Markt erhältlichen Heroins variiert und enthält auch beigemischte Streck- und Wirkstoffe, zum Beispiel Codein oder andere Medikamente. Der schwankende Reinheitsgrad macht es für die Konsumenten schwer, die richtige Dosis abzuschätzen. Bei unerwartet hohem Wirkstoffgehalt kommt es so immer wieder zu Drogentodesfällen.

Heroin wird in Deutschland meist intravenös injiziert, seltener geraucht oder geschnupft. Es gehört zu den illegalen Suchtmitteln und hat ein starkes körperliches und psychisches Abhängigkeitspotenzial.

Wirkung:

Wie Heroin wirkt, hängt vor allem vom Grundzustand und Bedürfnis des Konsumenten ab. In der Regel wirkt Heroin beruhigend, entspannend, schmerzlösend, bewusstseinsmindernd und stark euphorisierend. Es dämpft die geistige Aktivität, beseitigt Angst, Unlust und Leere. Der Konsument fühlt sich glücklich und zufrieden, wobei gleichzeitig Konflikte und Belastungen des Alltags verdrängt werden, was zu großen gesundheitlichen, sozialen und rechtlichen Folgeproblemen für die Betroffenen führen kann.

Risiken und Abhängigkeit:

Heroin gilt als wirksames, sowohl körperliche wie psychische Abhängigkeit erzeugendes Suchtmittel. Physiologisch und psychisch bedingt erfolgen Gewöhnung und Toleranzbildung sehr rasch. Der Entzug kann zu Schwitzen, Frieren, Zittern, Gliederschmerzen und/oder Kreislaufproblemen führen.

Der Gebrauch von nicht **sterilen** Spritzen erhöht die Gefahr, sich mit **HIV** oder **Hepatitis**-Viren zu infizieren. Auch besteht nur ein geringer Spielraum zwischen Verträglichkeit und **toxischer** Wirkung. Die meisten Todesfälle sind auf eine Lähmung des Atemzentrums zurückzuführen.

Anhaltender Konsum kann zu schweren körperlichen und sozialen Folgeschäden einschließlich völliger Verelendung und des körperlichen Verfalls führen.

Kokain

Kokain (umgangssprachlich „Koks“, „Schnee“, „Coke“, „Crack“ und „Rocks“) gehört zu den illegalen Suchtmitteln und ist ein weißes, kristallartiges Pulver. Es wird aus den Blättern des in Südamerika heimischen Kokastrauches gewonnen, deren Kauen dort eine Jahrhunderte alte Tradition hat. Kokain wird durch die Nase geschnupft, geraucht oder aufgelöst und intravenös injiziert. Crack und Freebase sind Kokainvarianten.

Wirkung:

Kokain stimuliert sehr stark die Psyche, hat einen lokal betäubenden Effekt und verengt die Blutgefäße. Nach rund sechs Stunden ist die Substanz weitgehend abgebaut. Der

Effekt hängt sowohl vom Konsumenten als auch von Dosis und Qualität des Stoffes ab.

Kokain erhöht die Leistung und die körperliche Belastbarkeit, dämpft das Hungergefühl, vermindert das Schlafbedürfnis und löst euphorische Gefühle aus. Die anfängliche Lust- und Potenzsteigerung kehrt sich bei anhaltendem Konsum in das Gegenteil um. Die Rauschzustände verlaufen in mehreren Stadien: euphorisches Stadium, Rauschstadium, depressives Stadium.

Risiken und Abhängigkeit:

Kokain führt schnell zu psychischer Abhängigkeit. Der Konsum ist umso gefährlicher, je schneller die Substanz vom Körper aufgenommen wird, z.B. beim Injizieren oder Rauchen. Bei Überdosierung sind lebensbedrohliche Reaktionen des Körpers (wie Atemnot oder Herzinfarkt) bis hin zum Tod möglich. Ein Kokainschock kann bei Überempfindlichkeit auftreten: Symptome sind Atemnot, kalter Schweiß und Blässe. Es kann dabei zu schweren Kreislaufversagen kommen.

Regelmäßiger Kokaingebrauch kann mittel- und langfristig zu schweren körperlichen, psychischen und sozialen Veränderungen führen. Beim Absetzen kommt es zu Entzugerscheinungen wie Müdigkeit, Erschöpfung, Depression, allgemeiner Verstimmung und mangelnder Energie sowie einem starken Schlafbedürfnis. Bei dauerhaftem Kokainkonsum sind zudem nachhaltige Persönlichkeitsveränderungen zu beobachten, wie antisoziales und narzisstisches Verhalten, Angststörungen, Reizbarkeit, innere Unruhe, starke psychomotorische Erregung sowie Ess- und Schlafstörungen.

Benzodiazepine

Benzodiazepine sind psychotrop wirkende Medikamente. Sie kommen als Entspannungs- oder Beruhigungsmittel (Tranquillizer) oder als Schlafmittel auf den Markt. Sie wurden 1957 erstmals synthetisch gewonnen, sind verschreibungspflichtig und werden bei Spannungs-, Erregungs- oder Angstzuständen und Schlafstörungen verordnet. Benzodiazepine haben ein beträchtliches körperliches und psychisches Abhängigkeitspotenzial.

Wirkung:

Benzodiazepine lösen Angst, entspannen emotional, dämpfen Erregung und Aggression und fördern den Schlaf. Welche Wirkung überwiegt, hängt von der Substanz ab. Je nach Empfindlichkeit und Dosis können Nebenwirkungen auftreten wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Niedergeschlagenheit, Muskelschwäche, Benommenheit und ein Nachlassen sexueller Bedürfnisse.

Risiken und Abhängigkeit:

Werden Benzodiazepine kurzzeitig oder einmalig eingenommen, besteht kaum ein Risiko. Werden sie jedoch länger genommen, kann es zu Gedächtnisstörungen, Wahrnehmungs- und Reaktionsunfähigkeit oder schweren Stürzen kommen, die Fahrtüchtigkeit ist ebenfalls eingeschränkt. Langjähriger Konsum bleibt über einen langen Zeitraum häufig unauffällig, führt aber zu gesundheitlichen Schäden. Hier können insbesondere Bewegungs- und Gangunsicherheit, Muskelschwäche, Schwindelgefühle, Verwirrtheit, akute Erregungszustände, Sehstörungen, Erinnerungslücken, Depressionen oder auch Halluzinationen beobachtet werden. Ein Entzug bei Benzodiazepinen sollte unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

Hilfe bei Sucht und Abhängigkeit

Der Ausstiegsprozess – Ziele

Eine Drogenabhängigkeit entwickelt sich in der Regel nicht linear, sondern in Phasen von relativer Stabilität bis zum intensiven Drogenmissbrauch. In einer spiralförmigen Entwicklung kann es zu einer Verelendung kommen und Stabilitätsphasen werden kaum noch wahrgenommen. Die gesamte Entwicklung kann viele Jahre dauern – vom Einstieg über den jahrelangen Gebrauch bzw. Missbrauch bis hin zum Ausstiegsprozess.

So vielfältig die Persönlichkeitsbilder der Betroffenen und individuellen Entstehungszusammenhänge für Drogenabhängigkeit sind und so vielfältig wie der Drogenmarkt ist, so mannigfaltig müssen auch die begleitenden Hilfen sein.

In vielen Herkunftsländern von Migranten und Flüchtlingen gibt es keine vergleichbare Suchthilfestruktur wie in Deutschland. Häufig reduzieren sich die Maßnahmen auf Entzug im Krankenhaus (wenn überhaupt möglich). Eine Anschlussbehandlung, wie in Deutschland üblich, findet sich nicht in allen Herkunftsstaaten.

Ausstiegsprozesse müssen – sollen sie erfolgreich sein – entsprechend über Jahre und Jahrzehnte akzeptierend begleitet werden. Eine umfassende Betreuung drogenabhängiger Menschen auf dem gesamten Weg der Auseinandersetzung mit der Abhängigkeitsproblematik besteht aus begleitenden Maßnahmen vor dem

Hintergrund ihrer persönlichen Lebensbewältigung.

Diese umfassen alle Phasen der Beratung, Therapie und **Nachsorge** – von der ersten Kontaktaufnahme bis hin zum langfristigen Beratungs- und/oder Therapieprozess. Sie verfolgen das Ziel der psychischen Entwicklung, Selbstverwirklichung und Reifung der Persönlichkeit.

Die Begleitung drogenabhängiger Menschen bis zu einer **abstinenten** Lebensführung hat, beginnend mit dem Wichtigsten und Dringendsten, folgende Ziele:

- Überleben sichern
- Körperliche Folgeschäden verhindern
- Soziale Umgebung sichern
- **Soziale Desintegration** verhindern
- **Abstinenzphasen** (Entgiftung) ermöglichen
- Eigenen Behandlungsbedarf akzeptieren
- Abstinenzziel erarbeiten
- Individuelle Grenzen ziehen
- Selbsthilfe

Die Behandlungsziele werden individuell an die Bedürfnisse des Patienten angepasst. Begleitung und Behandlung umfassen dabei folgende Schritte:

- Grunderkrankung erkennen
- Behandlungsplan erarbeiten
- **Substitutionsprogramm** (bei Abhängigkeit von Opiaten)
- **Psychosozial** begleiten

- **Ambulante** und **stationäre** Therapie
- Rückfälle bearbeiten

Verlauf und Begleitung

Betroffene und Angehörige können sich bei Hilfebedarf grundsätzlich an unterschiedliche Einrichtungen wenden. Es kann eine Suchtberatungsstelle, eine Klinik, Ihr Hausarzt oder ein Kontaktladen, in dem sich Menschen mit Drogenproblemen treffen, sein. Auch im Internet gibt es verschiedene Angebote.

Je nach Bedarf und Möglichkeiten des Betroffenen werden diese über weiterführende Maßnahmen informiert und gegebenenfalls medizinisch behandelt.

Therapiemöglichkeiten

In der Suchttherapie werden zu Beginn der Behandlung zunächst ein oder mehrere Gespräche durchgeführt, um herauszufinden, ob eine Abhängigkeitserkrankung vorliegt (**Anamnese**). Das Gespräch mit dem Arzt oder Suchtberater und evtl. zusätzliche Untersuchungen oder Fragebögen dienen dazu, ein klares Bild von den Problemen und der dahinterstehenden Person mit allen Stärken und Herausforderungen zu entwickeln.

Die Suchtberatungsstellen informieren und beraten kostenlos und anonym. Wie die Ärzte unterliegen die Drogenberater der Schweigepflicht (siehe folgende Kapitel).

Dann entwerfen Patient und **Therapeut** gemeinsam einen Behandlungsplan. Dieser enthält die Angaben des Patienten, Therapieziele und eine erste Übersicht, mit

welchen Therapiebestandteilen das Ziel erreicht werden soll.

In aller Regel ist der erste Schritt der Therapie die Entgiftung (Detoxifikation) und Behandlung etwaiger Entzugssymptome. Wenn Menschen durch längeren Drogenkonsum abhängig geworden sind, ist es erforderlich, dass sie unter ärztlicher Aufsicht eine **Entzugsbehandlung** machen.

Diese findet in den meisten Fällen in einer Klinik, in Ausnahmefällen auch zu Hause statt. Bei den meisten Suchtstoffen (z.B. Alkohol) beginnt die Therapie normalerweise mit einer kurzzeitigen stationären Behandlung (10–14 Tage), manchmal unter Einsatz von Medikamenten. Um die Entzugsserscheinungen abzumildern, werden in der stationären Behandlung Medikamente eingesetzt.

Bei Opiatabhängigkeit gibt es die **Substitutionsbehandlung**. Sie setzt die Verschreibung von Ersatzsubstanzen (z.B. Methadon oder Buprenorphin bei Heroinabhängigen) im Rahmen der medizinischen und psychosozialen Betreuung ein. Dies hat zum Ziel:

- die unhygienischen, unkontrollierten und riskanten Konsumformen (vor allem Injektionen) illegaler Opiate zu ersetzen;
- alle mit dem Erwerb illegaler Opiate verbundenen Aktivitäten zu vermindern;
- den Lebensstil der Betroffenen in Richtung auf eine sozial integrierte, verantwortliche und deliktfreie Existenz auszurichten;
- die Chancen für eine Opiatabstinenz zu verbessern.

Hört man schlagartig mit dem Drogenkonsum auf, können neben den reinen Entzugssymptomen auch die vor dem Drogenkonsum vorhandenen Probleme (z. B. Unruhe, Ängste) wieder hervortreten. Oft geht es den Abhängigen zunächst schlechter als vorher. Unruhe, Nervosität und Schlafstörungen können die Rückfallgefährdung erhöhen. Bei einer Entgiftungs-/Entzugsbehandlung sollten deshalb auch private, soziale und berufliche Belastungen thematisiert und psychosozial begleitet werden.

Rückfälle sind bei der Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen häufig und bedeuten nicht, dass es keine Chance auf Drogenfreiheit gibt. Patient und Arzt können solche Problemsituationen therapeutisch aufgreifen und daraus lernen, um einen erneuten Versuch zu starten. Bei einigen Suchtstoffen ist eine stationäre Entzugstherapie mit anschließender Entwöhnungsbehandlung erforderlich.

Die Behandlung kann unterschiedliche Ziele haben. Bei den meisten Suchtstoffen wird die vollständige Entgiftung das Ziel sein. Manchmal geht es darum, den Drogenkonsum zu reduzieren. Bei Verhaltenssuchten wie z. B. der Glücksspielsucht wird das Verhalten in Kombination mit einer **Psychotherapie**, ggf. auch mit medikamentöser Unterstützung, reduziert oder ganz beendet. Gleichzeitig werden zusätzlich vorhandene psychische Erkrankungen mitbehandelt.

Der Patient hat eine wichtige Rolle in der Behandlung, denn ohne seine Zustimmung kann sie nicht erfolgreich sein. Arzt und Patient legen gemeinsam weitere Ziele fest, um Schutz vor Rückfällen aufzubauen

und auf die eigentlichen emotionalen oder sozialen Probleme einzugehen. Die psychosozialen Probleme werden neben der Stabilisierung der Abstinenz entweder stationär in einer Rehabilitationsklinik (Therapieeinrichtung für Suchtkranke) oder im Rahmen einer ambulanten Rehabilitation bearbeitet. Bei Tageskliniken übernachtet der Patient zu Hause und geht tagsüber zur Therapie.

In der Suchttherapie gibt es unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten. In der **Verhaltenstherapie** hilft ein speziell ausgebildeter Therapeut, typische Gedanken, Gefühle und Verhalten zu identifizieren, die zu Rückfällen, Sucht- und anderem unerwünschten Verhalten führen. Der Therapeut übt mit dem Patienten neue Verhaltensweisen ein, die einen Rückfall vermeiden helfen – z. B. wie man im Freundeskreis ein alkoholisches Getränk ablehnt. Der Patient lernt, mit dem Suchtandrang umzugehen, wie ein Leben ohne Sucht aussehen könnte und wie er Lebensqualität aufbauen kann. Da Süchtige die durch Drogen unterdrückten, unangenehmen Gefühle oder Spannungen zu vermeiden suchen, ist es ein Ziel der Therapie zu lernen, konstruktiver mit ihnen umzugehen.

Weitere Therapieformen sind **psychodynamische Psychotherapie, Gruppentherapien, Familientherapien** oder Selbsthilfegruppen. Erfahrene und gut ausgebildete Therapeuten können diese anbieten. Kliniken, die sich auf Suchtprobleme spezialisiert haben, bieten spezielle, häufig auch kombinierte Therapieprogramme an. Auf die Entgiftung und körperliche Stabilisierung kann hier unmittelbar eine Entwöhnungstherapie zur langfristigen Lösung der Probleme und der Suchtgefährdung folgen.

Es ist wichtig, dass Patienten sich aus freien Stücken zur Entgiftung und Entwöhnungstherapie entschließen. Bei einer Behandlung gegen ihren Willen (sei es auf Druck der Angehörigen oder durch **Zwangseinweisung**) fehlt häufig die Motivation und Mitarbeit der Patienten, so dass die Erfolgsaussichten geringer sind. In Deutschland kann ein Suchtpatient nur dann gegen seinen Willen behandelt werden, wenn er für sich oder andere Personen unmittelbar eine Gefahr darstellt. Dies geschieht meist nach aggressiven Auseinandersetzungen und mit Einschaltung von Polizei und Justiz.

Co-Abhängigkeit

Sucht kann sich stark auf die Menschen im sozialen Umfeld des Betroffenen (Familienmitglieder, Lebenspartner) auswirken. Bestimmt die Sucht das Leben der Angehörigen soweit, dass die eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund treten, spricht man von Co-Abhängigkeit. Co-abhängige Angehörige versuchen, das erkrankte Familienmitglied zu beschützen, vor anderen zu entschuldigen sowie dem Betroffenen selbst aus der Sucht zu helfen.

Ein Beispiel ist, wenn Familienmitglieder den Süchtigen nach Drogenkonsum mit erfundenen **Symptomen** (z.B. Grippe) auf der Arbeit krankmelden. Das Ergebnis ist zum einen eine Abhängigkeit vom Suchtkranken und seinen Problemen, zum anderen der Erhalt oder sogar eine Verschlechterung der Sucht durch die ausbleibende professionelle Behandlung.

In der Folge können Co-Abhängige verschiedene Krankheitszeichen wie Erschöpfung, Schlafstörungen oder auch eigene

Abhängigkeiten entwickeln, die therapiebedürftig sind. Hilfe bekommen Angehörige von Suchtkranken in ambulanten und stationären Suchthilfeeinrichtungen sowie bei **Selbsthilfegruppen**.

Schweigepflicht

Nach dem Strafgesetzbuch (StGB) unterliegen nicht nur Ärzte, **Psychologen**, Apotheker, Rechtsanwälte usw. der Schweigepflicht, sondern auch staatlich anerkannte Sozialarbeiter oder Sozialpädagogen sowie Berater für Suchtfragen in einer Beratungsstelle, die öffentlich anerkannt ist.

Berater können auch vor Gericht die Aussage darüber verweigern, was sie von einem Klienten bei einem Beratungsgespräch erfahren haben. Eine allgemeine **Fallbesprechung** oder eine **anonymisierte Statistik** unterliegen nicht der Schweigepflicht.

Wer bezahlt die Kosten für Suchttherapie in Deutschland?

In Deutschland gilt die Entzugstherapie als akutmedizinische Behandlung, die Entwöhnungsbehandlung jedoch als Rehabilitationsmaßnahme. Dadurch unterscheidet sich auch, wer jeweils die Kosten übernimmt. Die Auskunftsstellen der gesetzlichen Krankenversicherungen und die gemeinsamen Servicestellen der Rehabilitationsträger bieten hierzu Beratung und Information an.

Entscheidend für den Zugang zu Leistungen des Gesundheitssystems ist der aufenthaltsrechtliche Status. Auch die Dauer des Aufenthalts spielt eine Rolle. Das Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) gewährt zunächst Leistungen zur Akut- und

Schmerzbehandlung (inklusive Entgiftung). Das Gesetz besagt aber, dass auch sonstige Leistungen gewährt werden können, die zur Sicherung der Gesundheit unerlässlich sind. Dies gilt auch für evtl. notwendige Fahrt- und Dolmetscherkosten. Die wichtigste Anlaufstelle für Entscheidungen über Leistungen des Gesundheitssystems die örtliche Sozial- bzw. Ausländerbehörde. Diese bezieht bei medizinischen Fragestellungen oft das örtliche Gesundheitsamt mit ein. Beratungsstellen für Menschen in dieser Situation helfen im Umgang mit Behörden und Antragsverfahren.

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten der ärztlich verordneten Entzugsbehandlung. Auch leisten sie Haushaltshilfe, falls ein Kind unter zwölf Jahren im Haushalt lebt und die Weiterführung des Haushalts während der Behandlung nicht möglich ist. Seit 2003 wird auch die Substitutionsbehandlung als Leistung der vertragsärztlichen Versorgung ohne Einschränkungen von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Auch Asylberechtigte, also Asylbewerber, die in einem Verfahren anerkannt worden sind, werden gesetzlich krankenversichert und haben somit Zugang zur Entzugs- oder Substitutionstherapie. Privat Versicherte haben meist keinen Anspruch auf Leistungen bei Suchterkrankungen, aber private Kassen übernehmen oft trotzdem die erste Behandlung. Folgeerkrankungen, z. B. Leberschäden, sind jedoch grundsätzlich abgedeckt.

Entwöhnungsbehandlungen dagegen gelten als Rehabilitationsmaßnahme, welche die Erwerbsfähigkeit erhalten oder wiederherstellen sollen. Deswegen werden sie überwiegend von der gesetzlichen

Rentenversicherung – manchmal auch von der gesetzlichen Kranken-, Sozial- oder Unfallversicherung – finanziert. Die Form der Entwöhnungsbehandlungen wird von den Leistungsträgern vorgegeben. Sie folgen dabei Empfehlungen, die sie gemeinsam erarbeiten. In der Rehabilitation haben Betroffene auch eine Mitwirkungspflicht. Das heißt, sie müssen sich z.B. untersuchen lassen und auch aktiv zur Behandlung beitragen.

Für eine Rehabilitation, also auch für eine Entwöhnungsbehandlung, muss der Betroffene selbst einen Antrag stellen, zu dem der Arzt ein Gutachten beiträgt. Suchtberatungsstellen unterstützen bei der Antragstellung. Erst wenn der Kostenträger zugestimmt hat, kann der Betroffene die Rehabilitation antreten.

Die einzigen Kosten die vom Betroffenen bezahlt werden müssen, ergeben sich aus der Zuzahlung von 10,00 Euro pro Tag für eine stationäre Rehabilitation. Sie wird jedoch bei geringem Einkommen reduziert oder ganz erlassen und ist zeitlich begrenzt, z.B. wenn sich die Rehabilitation an eine stationäre Entzugsbehandlung anschließt. Für Arbeitnehmer wird der Lebensunterhalt wie bei anderen krankheitsbedingten Abwesenheiten durch Lohnfortzahlung bzw. Krankengeld oder **Übergangsgeld** gesichert.

Der Kostenträger der Rehabilitationsmaßnahme übernimmt auch Nachsorgebehandlungen die als Teil der medizinischen Rehabilitation gelten. Andere Träger, z. B. Sozialamt oder Bundesagentur für Arbeit, sind für nicht-medizinische weiterführende Leistungen wie z. B. Unterbringung, Betreuung oder Wiedereingliederung zuständig.

Suchtprävention

Schon in der Kindheit lernen wir, uns von unangenehmen Gefühlen mit Süßigkeiten oder dem „Abschalten“, z.B. vor dem Fernseher, zu befreien, wenigstens für eine kurze Zeit. Besonders in der Pubertät wollen wir uns unabhängig von den Erwachsenen selbst erforschen, unsere Persönlichkeit ausbauen und dafür von denen, die wir bewundern, anerkannt werden. Das kann dazu führen, dass wir uns in neuen Freundschaften, Cliquen und Gruppen dem Verhalten anderer anpassen.

Es ist nicht möglich, den Einfluss der vielfältigen Faktoren, welche die Entwicklung einer Suchterkrankung begünstigen können, vorherzusehen und zu vermeiden. Aber wir können von Anfang an die Persönlichkeitsmerkmale und Fähigkeiten fördern, die Menschen brauchen, um mit Problemen, Konflikten und Schicksalsschlägen erfolgreich umzugehen. Dabei sollten die Eltern beachten, dass ihr eigenes Verhalten im Umgang mit Suchtmitteln und z.B. mit Stress- und Konfliktsituationen als Modell für den späteren Umgang ihrer Kinder mit Suchtmitteln und verschiedenen Lebensumständen dienen kann.

Erwachsene können Kinder und Jugendliche darin unterstützen, mit unangenehmen Erfahrungen, Gefühlen und Situationen selbstbewusst umzugehen, die täuschende Wirkung von Drogen und Suchtverhalten zu durchschauen und dem Einfluss anderer zu widerstehen.

Dazu gehört, Kindern und Heranwachsenden beim Erkunden ihrer Welt Freiraum zu geben, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl zu stärken, selbst gut informiert zu sein, mit ihnen im Gespräch zu bleiben und sich rechtzeitig helfen zu lassen.

Persönlichkeit stärken

Kinder und Heranwachsende brauchen Respekt, Vertrauen und Zuwendung, um ihre eigenen Ideen zu verfolgen, sich auszuprobieren und auch um Fehler zu machen und daraus zu lernen. Obwohl dies nicht einfach ist, müssen Eltern oft gut überlegen, wann sie eingreifen. Das Wichtigste ist, dass Kinder sicher sein können, dass sich die Erwachsenen wirklich für sie interessieren und dass immer jemand da ist, wenn sie Hilfe und Ermutigung brauchen.

Es hilft auch, wenn Erwachsene Regeln klar ausdrücken, sie konsequent einhalten und auch über ihre eigenen Ausrutscher, Fehler und Schwächen offen sprechen können. Bei Problemen in der Schule oder mit Freunden können Erwachsene Kindern zuhören und sie ermutigen, eigene Lösungen zu finden und dann von ihren Erfolgen und Misserfolgen zu berichten. Dies unterstützt sie auch darin, das „Neinsagen“ zu lernen und Gruppenzwang zu widerstehen.

Die Vielfältigkeit und die Herausforderungen ihrer Welt mit der Unterstützung der Erwachsenen und im Bewusstsein ihrer eigenen Stärken erleben zu können, fördert

die **Resilienz** – die allgemeine Widerstandsfähigkeit – von Kindern und Heranwachsenden.

Gut informiert sein

Kinder erwarten, dass sie sich auf die Informationen von Erwachsenen, denen sie vertrauen, verlassen können. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern und erwachsene Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen auch über schwierige Themen gut informiert sind.

Sind sich Erwachsene einmal nicht sicher, ist es besser – idealerweise gemeinsam mit den Kindern und Heranwachsenden – neutrale und verlässliche Quellen zu Rate zu ziehen, als Gefahr zu laufen, ein Thema wie Sucht und Drogen unnötig zu dramatisieren oder zu verharmlosen. Am Ende dieses Wegweisers sind Informationsquellen sowohl für Erwachsene als auch Heranwachsende aufgeführt.

Darüber sprechen

Es ist nicht immer einfach für junge Menschen und Erwachsene, im Dialog zu bleiben. Besonders während der Pubertät kann sich der gewohnte Zugang zueinander verändern. Besonders nach einem Streit ist es wichtig, dass alle Beteiligten sagen können, wie es von ihrer Seite aussieht und was sie brauchen. Dann ist es leichter, gemeinsam Lösungen zu finden.

Besonders wenn es um Drogen geht, können gesellschaftliche oder kulturelle **Tabus** auch ohne Zutun der Eltern dazu führen, dass Heranwachsende nichts erzählen und Erwachsene nicht nachfragen. Gerade dann



ist es wichtig, zu vermitteln, dass jemand da ist, der vertrauensvoll und ohne Vorwürfe reagiert und auch unangenehme Fragen ehrlich beantwortet.

Professionelle Hilfe nutzen

Die Erwartungen an Eltern sind hoch, besonders ihre eigenen – weil sich Eltern eine gesunde, sichere und glückliche Zukunft für ihre Kinder wünschen. Aber es ist unrealistisch, immer alles richtigmachen und jede Situation allein bewältigen zu wollen. Es gibt viele unterstützende Angebote für Eltern, allgemeine sowie spezielle zu Drogen und Sucht, von der Beratungsstelle bis zur Selbsthilfegruppe.

abstinent

enthaltensam, d.h. auf einen Genuss oder eine Substanz verzichtend

Abstinenzphase

Zeitspanne der Abstinenz, also des Verzichts

ambulant

wenn der Patient in der Behandlungseinrichtung nicht über Nacht bleibt, sondern am selben Tag wieder nach Hause gehen kann

Anamnese

professionelle Erfragung medizinisch relevanter Informationen

Angststörung

psychische Störung gekennzeichnet von Gefühlen der Sorge, Nervosität oder Angst die so stark sind, dass sie den Alltag beeinträchtigen

anonymisierte Statistik

Wiedergabe gesammelter Daten, bei der die Herkunft der Daten keiner Einzelperson zugeordnet werden kann

Apathie

Teilnahmslosigkeit, mangelnde Erregbarkeit und Unempfindlichkeit gegenüber äußeren Reizen

Aufenthaltstitel

offizielle Bescheinigung über den Aufenthaltsstatus, d.h. das Bleiberecht einer Person, die keine deutsche Staatsbürgerschaft besitzt

Ausweisung

Anordnung der Behörden eines Staates an einen (rechtmäßig oder rechtswidrig) anwesenden ausländischen Staatsbürger, das Hoheitsgebiet zu verlassen

Bewährung

die Zeit, in der die Einhaltung der Bedingungen für eine ausgesetzte Freiheitsstrafe überwacht wird

chronische Bronchitis

Atemwegserkrankung mit Husten und Auswurf, die regelmäßig und andauernd auftritt

Depression

psychische Erkrankung, charakteristisch sind Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit und Interessenverlust

Diagnose

Feststellung einer Krankheit

E-Schischa

Version der Wasserpfeife bei der eine aromatisierte Flüssigkeit elektronisch verdampft und inhaliert wird

E-Zigarette

elektrisch beheizte Röhre, die eine (evtl. nikotinhaltige) Flüssigkeit, das sogenannte Liquid, zum Verdampfen bringt. Der Dampf wird inhaliert oder gepafft.

Entaktogene

psychoaktive Substanzen, unter deren Einfluss die eigenen Emotionen intensiver wahrgenommen werden

Entzugserscheinungen

körperliche und psychische Symptome, die infolge von teilweisem oder vollständigem Verzicht auf psychisch wirksame Substanzen auftreten

Entzugsbehandlung

umfasst alle Maßnahmen zur körperlichen Entgiftung bei Abhängigkeit von Suchstoffen

Fallbesprechung

Besprechungen des Behandlungsteams, um die Situation eines Betroffenen in regelmäßigen Abständen zu beschreiben und zu analysieren sowie die nächsten Schritte zu erarbeiten

Familientherapie

betont Kommunikation, Verständnis und Empathie füreinander und beruht auf der Annahme, dass die Einbeziehung der Familie die Effektivität der Therapie steigert

Freiheitsstrafe

von einem unabhängigen Gericht durch ein Urteil ausgesprochene staatliche Sanktion, welche die Bewegungsfreiheit eines

Straftäters einschränkt, zum Beispiel durch Unterbringung in einem Gefängnis

Freizügigkeitsrecht

regelt die Einreise und den Aufenthalt von Staatsangehörigen anderer Mitgliedstaaten der Europäischen Union und ihrer Familienangehörigen. Unionsbürger haben ein Recht auf Einreise und Aufenthalt im Aufnahmemitgliedstaat, wenn sie erwerbstätig oder auf Arbeitssuche sind oder über ausreichende Existenzmittel und ausreichenden Krankenversicherungsschutz verfügen. Das Gleiche gilt für die Familienangehörigen, die den Unionsbürger begleiten oder zu ihm nachziehen.

Gruppentherapie

Behandlungsform, bei dem der Austausch mit anderen in ähnlichen Situationen dazu genutzt wird, Probleme zu reflektieren und zu lösen

Halluzination

eine Sinneswahrnehmung ohne nachweisbare äußerliche Reize, z.B. dass physikalisch nicht nachweisbare Objekte gesehen oder Stimmen gehört werden, ohne dass jemand spricht

Halluzinogene

psychisch wirksame Substanzen, die eine stark veränderte Wahrnehmung der Realität hervorrufen können

Hepatitis

Entzündung der Leber, hervorgerufen durch verschiedene Viren (genannt A, B, C oder D)

HIV

das Humane Immundefizienz-Virus, welches das Immunsystem angreift und unbehandelt in der Regel zu AIDS führt

intravenös injiziert

mit einer hohlen Nadel in eine Vene gespritzt

Jugendstrafe

eine Freiheitsstrafe für Jugendliche (14 bis einschließlich 17 Jahre) und Heranwachsende (18 bis einschließlich 20 Jahre), die nur wegen „schädlicher Neigungen“ oder wegen der besonderen Schwere der Schuld verhängt wird

Koma

ein längerer Zustand tiefer Bewusstlosigkeit, bei dem der Betroffene auch keine Schmerz- und Lichtreflexe mehr zeigt

Legal Highs

psychoaktive Substanzen, die in immer wieder neuer chemischer Form auf den Markt gebracht werden, um das Betäubungsmittelgesetz zu umgehen. Die gesundheitlichen Folgen sowie deren Wirkung sind für Konsumenten nicht absehbar.

Lungenkarzinom

bösartiger Tumor des Lungengewebes

Mindeststrafmaß

gesetzliche Untergrenze der möglichen Strafen für einen bestimmten Tatbestand

Nachsorge

Maßnahme zur Sicherung der Behandlungserfolge im Anschluss an Behandlung oder Rehabilitation

Nervengifte

Stoffe, die bereits in einer geringen Dosis eine schädigende Wirkung auf Nervenzellen haben

Niederlassungserlaubnis

unbefristete Aufenthaltsgenehmigung für Ausländer in Deutschland, die nicht EU-Bürger sind

Opiate

psychoaktive Substanzen, die aus dem Milchsaft des Schlafmohns gewonnen werden

Opioide

synthetisch hergestellte Substanzen. Das bekannteste halbsynthetische Opioid ist Heroin.

Passivrauchen

dem Tabakrauch anderer ausgesetzt sein

Phobie

Angststörung

Prognose

auf wissenschaftliche Erkenntnisse gestützte Vorhersage der weiteren Entwicklung

Psyche

Gesamtheit des menschlichen Fühlens, Wahrnehmens und Denkens

psychisch

die Psyche betreffend

psychodynamische Psychotherapie

beschäftigt sich mit den bewussten und unbewussten Kräften der Psyche, um zu verstehen, wie sie das eigene Verhalten und Erleben beeinflussen

Psychologe

hat ein Psychologiestudium absolviert

Psychose

eine psychische Störung (mit Realitätsverlust)

psychosozial

mit Bezug auf den gegenseitigen Einfluss gesellschaftlicher Faktoren und individuellen Denkens, Fühlens und Verhaltens

Psychostimulantien

Substanzen, die anregend auf das Denken, Fühlen und Verhalten wirken

Psychotherapie

Behandlung psychischer Erkrankungen

Rehabilitation

Wiedereingliederung einer kranken, behinderten oder von Behinderung bedrohten Person in das berufliche und gesellschaftliche Leben

Rehabilitationsbereitschaft

Bereitschaft des Betroffenen, an der Rehabilitation teilzunehmen; eine wichtige Voraussetzung zur Inanspruchnahme einer Rehabilitation

Resilienz

psychische Widerstandsfähigkeit, mit der Krisen bewältigt und durch Rückgriff auf persönliche und soziale Stärken positiv genutzt werden

Schischa

arabische Wasserpfeife

Selbsthilfegruppe

Gruppe von Menschen, die ähnlich schwierige Probleme in ihrem Leben durchstehen. Der Erfahrungsaustausch hilft dabei, mit Problemen besser umgehen zu können und sich gegenseitig Mut zuzusprechen.

soziale Desintegration

Verlust oder Auflösung des Zusammenhalts innerhalb einer Gruppe, Familie oder Gesellschaft

stationär

Behandlung mit Übernachtung und Verpflegung in einem Krankenhaus oder einer (z. B. Rehabilitations-) Einrichtung

steril

frei von Krankheitserregern

Stigmatisierung

negatives Charakterisieren einer Person oder Gruppe anhand einzelner Merkmale

Substitutionsbehandlung

Ersatz von Opiaten durch legal verordnete Medikamente, um die Schäden des Konsums illegaler Drogen für Betroffene und Gesellschaft zu minimieren

Substitutionsprogramm

Kombination aus Substitutionsbehandlung und psychosozialer/psychotherapeutischer Beratung/Behandlung

Symptom

wahrnehmbares Anzeichen einer Erkrankung oder Verletzung

synthetisch

künstlich hergestellt

Tabu

ein Thema, eine Handlung oder eine Verhaltensweise, die durch kulturelle Normen oder Traditionen verboten ist und/oder über die man nicht spricht

Therapeut

Person, die eine psychotherapeutische und/oder medizinische Behandlung leitet

toxisch

giftig

traumatisch

schädigend, verletzend oder verwundend – auch psychisch

Übergangsgeld

finanzielle Leistungen der Sozialversicherungsträger für einen begrenzten Zeitraum (etwa während der Inanspruchnahme einer Rehabilitation)

Verfolgungswahn

verzerrte Wahrnehmung anderer als feindselig oder bössartig, ängstliches oder aggressives Misstrauen bis hin zur Überzeugung von einer Verschwörung gegen den Betroffenen

Verhaltenstherapie

psychotherapeutischer Ansatz, bei dem im Mittelpunkt steht, dem Patienten nach Einsicht in Ursachen und Entstehungsgeschichte seiner Probleme Methoden an die Hand zu geben, sie zu lösen

Zellgift

Stoffe, die schädigend oder zerstörend auf eine biologische Zelle wirken

Zwangseinweisung

die gegen den Willen des Betroffenen durchgeführte, rechtlich vollzogene Unterbringung in einer geschlossenen Abteilung einer psychiatrischen Klinik

Wichtige Einrichtungen und Adressen

In Bayern

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

Haidenauplatz 1
81667 München
Tel.: 089 540233-0
E-Mail: poststelle@stmgp.bayern.de
Internet: www.stmgp.bayern.de

Bayerisches Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)

im Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
Pfarrstraße 3, 80538 München
Tel.: 09131 6808-4510
E-Mail: ZPG@lgl.bayern.de
Internet: www.zpg-bayern.de

Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen

BAS Unternehmergeellschaft
(haftungsbeschränkt)
Landwehrstr. 60–62
80336 München
Tel.: 089 530730-0
E-Mail: bas@bas-muenchen.de
Internet: www.bas-muenchen.de

Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

Edelsbergstraße 10
80686 München
Tel.: 089 5527359-0
E-Mail: info@lsgbayern.de
Internet: www.lsgbayern.de (hier erhalten Sie Kurzinformation zu Gefahren von über-

mäßigem Glücksspiel in insgesamt neun Sprachen – Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Kroatisch, Polnisch, Russisch, Spanisch, Türkisch)

Aktion Jugendschutz (aj)

Landesarbeitsstelle Bayern e.V.
Fasaneriestr. 17
80636 München
Tel.: 089 121573-0
Internet: www.bayern.jugendschutz.de

IFT Institut für Therapieforschung

Parzivalstraße 25
80804 München
Tel.: 089 360804-0
E-Mail: ift@ift.de
Internet: www.ift.de

Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe (KBS)

Lessingstr. 1
80336 München
Tel.: 089 536515
E-Mail: info@kbs-bayern.de
Auf der Internetseite der KBS können Sie unter: <http://www.kbs-bayern.de/nc/einrichtungen/einrichtungssuche/Suchthilfeeinrichtungen> in Ihrem Wohnort finden.

Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V. (LZG)

Pfarrstraße 3
80538 München
Tel.: 089 68080-4500
E-Mail: info@lzg-bayern.de
Internet: www.lzg-bayern.de

Projekte in Bayern

Projekt für Menschen mit russischsprachigem Migrationshintergrund

www.suchtpraevention-migranten-in-bayern.de

Präventionsprojekt HaLT

www.halt-in-bayern.de

Kampagne „Schwanger? Null Promille!“

www.schwanger-null-promille.de
(auf dieser Seite gibt es Informationen in Deutsch, Englisch, Spanisch, Arabisch, Französisch, Russisch und Serbisch)

ELTERNTALK

www.elterntalk.net

mindzone

www.mindzone.info

Bundesweit

Bundesministerium für Gesundheit

Erster Dienstsitz: Rochusstr. 1, 53123 Bonn

Zweiter Dienstsitz: Friedrichstraße 108, 10117 Berlin (Mitte)

Telefon: 030 18441-0

E-Mail: poststelle@bmg.bund.de

Internet:

www.bundesgesundheitsministerium.de

Drogenbeauftragte der Bundesregierung

Friedrichstraße 108

10117 Berlin (Mitte)

Telefon: 030 18441-1452

E-Mail: [drogenbeauftragte@bmg.bund\(dot\)de](mailto:drogenbeauftragte@bmg.bund(dot)de)

Internet: www.drogenbeauftragte.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Maarweg 149–161

50825 Köln

Tel.: 0221 8992-0

E-Mail: poststelle@bzga.de

Internet: www.bzga.de

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS)

Westenwall 4

59065 Hamm

Tel.: 02381 9015-0

E-Mail: info@dhs.de

Internet: www.dhs.de

DHS bietet Informationsmaterial zu verschiedenen Suchtthemen in zahlreichen Sprachen an.

Auf der Internetseite der DHS können Sie diese Materialien einsehen und bestellen.

Notizen

Notizen

Danksagungen

Für die fachliche Unterstützung bei der Entstehung des Wegweisers danken wir herzlich:

Dr. med. Beate Erbas
(Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen)

Dr. Ingo Ilja Michels
(Arbeitsstab der Drogenbeauftragten der Bundesregierung;
Bundesministerium für Gesundheit)

Dr. Sibylle Mutert
(Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege)

Carolin Schaal
Anwaltskanzlei Schaal

Dr. med. E. Waldeck
(Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt
München)

Dr. Georg Walzel
(Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege)

Karin Wiggenhauser
(Condrobs e.V.)

Für die Übersetzung des Wegweisers in die jeweiligen Sprachen danken wir folgenden Übersetzern:

Arabisch: Dr. Abdul Nasser Al-Masri, Lingua-World GmbH

Englisch: Matthias Wentzlaff-Eggebert

Russisch: Franz Görzen

Serbisch/Kroatisch/Bosnisch: Milos Petkovic

Türkisch: Dr. Nezhil Pala

Dieser Wegweiser wurde im Rahmen des Projekts „Interkulturelle Suchthilfe in Bayern für Migranten mit Migranten (ISH-Projekt Bayern)“ der bayerischen Projektinitiative zur Suchtprävention für Menschen mit russischsprachigem Migrationshintergrund erstellt, die vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert wird.

Ziel des Projekts ist es, MigrantInnengruppen gezielt über die Sucht- und Drogenproblematik sowie über das Suchthilfesystem zu informieren und somit die Suchtprävention bei MigrantInnen zu fördern.

Die Broschüre ist in den Sprachen Arabisch, Deutsch, Englisch, Russisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch und Türkisch erhältlich.

Weitere Informationen zum ISH-Projekt Bayern erhalten Sie unter:
www.suchtpraevention-migranten-in-bayern.de

Dieser Wegweiser wurde überreicht durch:

