

# Alkoholabhängigkeit

## ◆ Alkoholabhängigkeit - eine Volkskrankheit

Alkohol ist in Deutschland praktisch immer und überall erhältlich und wird in großem Umfang konsumiert. So tranken die Deutschen im Jahr 2007 pro Kopf durchschnittlich etwa 111 Liter Bier, 20,6 Liter Wein, 3,7 Liter Schaumwein und 5,6 Liter Spirituosen. Bei etwa 9 Millionen Deutschen muss von einem riskanten Konsum ausgegangen werden, mindestens 1,5 Millionen Deutsche sind alkoholabhängig. Seit 1968 ist dies vom Bundessozialgericht als Krankheit anerkannt. Die Behandlung bezahlt dementsprechend die Krankenkasse, die Reha-Behandlung in der Regel die Rentenversicherung.

## ◆ Wirkungen des Alkohols

Die akute Wirkung des Alkohols hängt von der aufgenommenen Menge und vom jeweiligen Konsumenten ab. Während geringere Mengen in der Regel anregend und stimmungssteigernd wirken, werden bei größeren Mengen Hemmungen abgebaut, die Menschen werden risikobereiter, häufig auch reizbar oder sogar massiv aggressiv und gewalttätig. Bei hohem Alkoholspiegel kann es zu einer lebensbedrohlichen Alkoholvergiftung kommen.

## ◆ Woran erkennt man Alkoholabhängigkeit?

Der Übergang zwischen einem Alkoholmissbrauch und der Abhängigkeit ist schleichend und für den Betroffenen/die Betroffene in der Regel erst rückblickend zu erkennen. Während die spät einsetzende körperliche Abhängigkeit mit Entzugserscheinungen von dem/r Betroffenen in der Regel wahr genommen wird, ist die psychische Abhängigkeit viel schwerer festzustellen. Merkmale sind ein starker Wunsch oder Zwang, Alkohol zu konsumieren, eine verminderte Kontrolle über den Konsum, die Vernachlässigung anderer Interessen und die Fortsetzung des Alkoholkonsums trotz erkennbarer schädlicher Folgen. Typisch ist auch die so genannte Toleranzsteigerung, das heißt, es werden zunehmend höhere Dosen erforderlich, um die Wirkung zu erreichen. Alkoholabhängigkeit kann aber nicht eindeutig an einer bestimmten Alkoholmenge pro Tag festgemacht werden.

## ◆ Folgen der Alkoholabhängigkeit

Es findet sich eine Vielzahl schwerwiegender Folgen, sowohl gesundheitlicher als auch psychosozialer Art. Bei körperlicher Abhängigkeit entwickelt sich bei Beendigung des Alkoholkonsums ein Entzugssyndrom, das in schweren Fällen in Form eines Entzugsdeliriums auftreten kann. Es kann im Extremfall lebensbedrohlich sein und muss im Krankenhaus behandelt werden. Daneben gibt es eine Vielzahl von Folgekrankheiten, von der bekannten Leberzirrhose über Magen-/Darm-Erkrankungen, Hirnschädigung, Herzerkrankungen, Nervenschäden, Schädigung der Bauchspeicheldrüse usw.

Auf psychosozialem Gebiet gibt es ebenfalls eine große Anzahl von Folgen, von Schuld- und Schamgefühlen, Veränderung der Persönlichkeit, Zerstörung von Partnerschaften und Familien, Verlust des Arbeitsplatzes bis zu Schulden oder Straffälligkeit.

Alkoholkonsum durch schwangere Frauen führt häufig zu einer Schädigung des ungeborenen Kindes, Schwangeren muss unbedingt absolute Abstinenz empfohlen werden.

### ◆ Alkoholabhängigkeit ist behandelbar

Besonders wichtig ist der erste Schritt, den Alkoholabhängigen/die Alkoholabhängige davon zu überzeugen, dass er/sie Hilfe braucht und dass es Hilfe gibt. Ambulant kommen dafür zunächst die Suchtambulanzen infrage, die Suchtberatungsstellen sowie natürlich die Hausärzte. Außerdem sind Selbsthilfegruppen häufig eine erste Anlaufstelle. Die Entzugsbehandlung kann unter Umständen ambulant durchgeführt werden, in der Mehrzahl der Fälle aber am besten auf einer darauf spezialisierten Entzugsstation oder in einer Sucht-tagesklinik. Die Weiterbehandlung der psychischen Abhängigkeit, Entwöhnungsbehandlung genannt, findet dann ebenfalls ambulant, teilstationär oder stationär in Suchtberatungsstellen oder Fachkliniken statt. Alle diese Angebote gibt es in unserer Region. Wenn der/die Abhängigkeitskranke tatsächlich zur Beendigung seines/ihrer Konsums entschlossen ist, so sind diese Behandlungen sehr erfolgversprechend.

### ◆ Empfehlungen für Angehörige und Freunde

Der Umgang mit Alkoholabhängigen ist schwierig, aber gerade das Verhalten von Angehörigen und Freunden ist wichtig für den weiteren Krankheitsverlauf. Entscheidend ist, den Alkoholabhängigen/die Alkoholabhängige als Mensch zu akzeptieren, keine Vorwürfe und Schuldzuweisungen zu machen, gleichzeitig aber sein/ihr Trinkverhalten nicht zu akzeptieren. Gerade als Angehöriger haben Sie ein Recht darauf, von dem/der Abhängigen zu verlangen, dass er/sie eine Behandlung durchführt. Scheuen Sie sich nicht, das Thema immer wieder anzusprechen, auch wenn dies zu Verstimmungen führt. Andernfalls könnten Sie dazu beitragen, das weitere Trinken und damit die weitere Schädigung Ihres/Ihrer Angehörigen zu unterstützen. Da dies aber sehr schwierig ist, empfehlen wir Ihnen, sich sachkundige Hilfe zu holen. Im Idealfall suchen Sie gemeinsam mit Ihrem/Ihrer suchtkranken Angehörigen eine Ambulanz, die Beratungsstelle oder den Hausarzt auf. Wenn der/die Abhängigkeitskranke dazu nicht bereit ist, kann er/sie auch allein Kontakt mit einer Suchtberatungsstelle aufnehmen. Außerdem bieten Angehörigengruppen an Beratungsstellen oder im Rahmen von Selbsthilfegruppen qualifizierte Hilfe.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS): [www.dhs.de](http://www.dhs.de). Einen Überblick über die Behandlungsangebote in Ihrer Region erhalten Sie unter [www.zfp-web.de](http://www.zfp-web.de).