

„Der Wolf im Schafpelz“

Alkohol, legitim und gesellschaftsfähig, ist unter den Drogen „Der Wolf im Schafpelz“ – Dr. Lask und Peter Metzger sprechen über die ersten Warnsignale einer Suchterkrankung und über die möglichen Wege aus der Abhängigkeit. Das Interview führte Christel Harloff.

LebensWerte: Der Weg bis zu einer Abhängigkeitserkrankung ist ein schleichender Prozess. Welche Warnsignale gibt es und woran können Freunde oder Angehörige erkennen, dass jemand gefährdet ist?

Metzger: In der Tat ist der Verlauf bis zur Ausbildung einer Abhängigkeitserkrankung auch abhängig von der jeweiligen Substanz, von deren Charakteristika und Suchtpotenzial. Speziell beim Alkohol – und wir behandeln ja bei uns ganz überwiegend Alkoholabhängige – hängt dies zum Beispiel auch vom Einstiegsalter ab.

Ab welchem Zeitpunkt spricht man von einer Erkrankung?

Lask: Ein sehr sicheres Zeichen ist es, wenn das Suchtmittel nicht mehr ohne körperliche Entzugserscheinungen weggelassen werden kann.

Schafft der Betroffene allein den Weg aus diesem Suchtkreislauf?

Metzger: Wenn wir bereits von einer Suchterkrankung sprechen müssen, schaffen es erfahrungsgemäß nur ganz wenige Betroffene, selbständig einen Ausweg zu finden. Bis sie Hilfe aufsuchen und annehmen können, ist es oft ein längerer Prozess.

Warnsignale erscheinen erst im Laufe der Zeit

Der Weg vom neugierigen Probieren in der Bezugsgruppe über einen missbräuchlichen Konsum bis zur manifest ausgebildeten Suchterkrankung kann gerade bei Jüngeren sehr schnell verlaufen, in einem Zeitraum von 2-3 Jahren. Bei körperlich ausgewachsenen Menschen dauern die Verläufe je nach persönlichen Voraussetzungen und Kontextfaktoren in der Regel 7-12 Jahre.

Lask: Bei den Warnsignalen ist es ja so, dass diese nicht unbedingt plötzlich auftreten, sondern erst im Laufe der Zeit. Deshalb werden sie oft erst einmal nicht sofort erkannt. So ändert sich allmählich das Trinkverhalten, die Trinkmenge lässt sich nicht mehr so kontrollieren, so dass sich der Zeitpunkt des Aufhörens verschiebt. Es kommt durch die körperliche und seelische Gewöhnung zu einer Toleranzsteigerung, wodurch die betreffende Person scheinbar deutlich mehr Alkohol verkraftet. Wird das veränderte Trinkverhalten angesprochen, kommt es dann häufig zu ganz unterschiedlichen Einschätzungen zwischen Betroffenenem und Umgebung.

Metzger: Warnsignale sind auch die Vernachlässigung sozialer Kontakte für den Suchtmittelkonsum oder Krankmeldungen wegen der Folgen übermäßigen Alkoholkonsums am Vortag. Ganz fortgeschrittene Warnsignale sind morgendliches oder heimliches Trinken, wobei der Alkohol auch an unterschiedlichsten Stellen versteckt wird.

Welche Schritte und Wege gibt es dann für die Betroffenen?

Metzger: Da gibt es unterschiedliche Möglichkeiten. Man kann sich an den Hausarzt wenden oder im sogenannten Suchthilfesystem Beratung finden. Hierzu gehören Selbsthilfegruppen und Suchtberatungsstellen, die in der Regel auch Angebote für Angehörige machen. Die Ahnung, vielleicht nie mehr in seinem Leben Alkohol oder ein anderes Suchtmittel konsumieren zu können, ist dabei für viele Menschen zunächst eine große Hürde.

Lask: Oft wird es am Anfang nötig sein, den Suchtmittelkonsum in einem Krankenhaus unter stationären Bedingungen zu unterbrechen. Das ist dann die sogenannte Entzugsbehandlung. Daran sollten sich dann auf den Einzelfall abgestimmte Therapiemaßnahmen anschließen. Solche Therapien werden hauptsächlich ambulant in den Suchtberatungsstellen oder stationär in Rehakliniken durchgeführt.

Ist es denn notwendig, diesen Entzug im Krankenhaus zu machen?

Lask: Unbedingt! Denn das sogenannte Alkoholentzugssyndrom ist nicht ungefährlich und erfordert eine engmaschige ärztliche Überwachung, meist auch eine medikamentöse Behandlung.

Wenn ich mich zu einem solchen Entzug entschieße, was muss ich dann in die Wege leiten und wie sieht die Behandlung aus?

Lask: Die Aufnahme erfolgt bei uns im Fliedner Krankenhaus in der Regel nach einem telefonisch vereinbarten Vorgespräch. In diesem Gespräch wird dann das weitere Vorgehen festgelegt. Falls eine Aufnahme ins Krankenhaus ange-



zeigt ist, benötigt man dafür eine Einweisung. Die Kosten der Behandlung trägt die Krankenkasse.

In den ersten Behandlungstagen stehen dann die körperliche Entgiftung und die Behandlung des Alkoholentzugssyndroms im Vordergrund. Notwendige körperliche Untersuchungen werden durchgeführt, um Folge- und Begleiterkrankungen zu erkennen und mitzubehandeln. Im weiteren Verlauf steht dann die Erarbeitung eines persönlichen Behandlungsplans – auch für die Zeit nach dem Krankenhaus – im Vordergrund. Dieses Angebot ist die sogenannte Qualifizierte Entzugsbehandlung.

Was muss man sich darunter vorstellen?

Lask: Durch die Vermittlung von Information und Wissen lernen unsere Patienten ihre Suchterkrankung besser einzuschätzen. Dazu dienen zum Beispiel Filmvorführungen mit Nachbesprechung und die regelmäßige Vorstellung der Arbeit einer Suchtberatungsstelle durch deren Mitarbeiter auf der Station. Regelmäßig stellen sich auch Selbsthilfegruppen persönlich vor. Die Patienten haben auch Gelegenheit, unsere Rehabilitationseinrichtung Haus Siloah kennenzulernen und sich mit Rehabilitanden, die sich schon länger in der dortigen Entwöhnungsbehandlung befinden, auszutauschen. Aber es gibt auch Bewegungs- und Ergotherapie, Gedächtnistraining, Gruppentherapie und Einzelgespräche. Dabei kann die Einbeziehung von Bezugspersonen eine wertvolle Hilfe sein. Kurz gesagt wollen wir mit unserem Angebot versuchen, die persönlichen Bedingungen herauszuarbeiten, die individuell die Suchterkrankung verstär-

Die idyllisch gelegene Fachklinik Haus Siloah, Ratingen.

ken oder aufrecht erhalten. Unsere Patienten sollen dann aus den Hilfsangeboten einen passgenauen persönlichen therapeutischen Weg für sich finden.

Gehören Rückfälle zu einer Suchterkrankung und wenn ja, welche Möglichkeiten stehen demjenigen dann offen?

Metzger: Rückfälle, oder vielleicht besser gesagt, die Nichteinhaltung eines einmal gefassten Abstinenzvorsatzes, sind ein typisches Symptom von Suchterkrankungen. Je nachdem welche Schritte schon gegangen worden sind, bieten sich vielfältige Möglichkeiten wieder zur Abstinenz zurückzufinden.

Welche Möglichkeiten bieten Ihre Einrichtungen nach einer qualifizierten Entzugsbehandlung an?

Metzger: In unserer Fachklinik Haus Siloah werden sogenannte „Langzeittherapien“ durchgeführt. Das sind ▶

medizinische Rehabilitationsmaßnahmen mit einem sehr intensiven Therapieangebot. Der alternativ verwendete Begriff „Entwöhnung“ drückt aus, dass dieses Verfahren zeitaufwändig ist. Je nach persönlichen Voraussetzungen ist der zuständige Kostenträger in der Regel die Rentenversicherung. Sollte sich während der qualifizierten Entzugsbehandlung zeigen, dass eine Entwöhnung angezeigt ist, so kann bei Vorliegen der Voraussetzungen auch eine nahtlose Verlegung in unsere Fachklinik Haus Siloah erfolgen.

Wie sieht eine Langzeittherapie aus?

Metzger: Menschen, die sich dazu entschlossen haben, ihr Verhalten zu ändern, also einen abstinenten Lebensstil zu erreichen, brauchen dazu Zeit.

Eine stationäre Behandlungsmaßnahme dauert daher je nach persönlichem Verlauf bis zu 16 Wochen. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit dem individuellen Krankheitsverlauf, um aus den Erkenntnissen heraus die notwendigen Umstellungen zu erreichen, die es ermöglichen, zukünftig suchtmittelfrei zu leben. Zentrales Element ist die Gruppentherapie, gefolgt von Einzelgesprächen und einer Reihe von Fachtherapien. Dies sind Arbeits-, Bewegungs- und Kunsttherapie, sowie eine Vielzahl themenzentrierter Gruppen. Natürlich findet auch eine kontinuierliche Betreuung durch unsere Fachärzte

statt. Dabei geht es u.a. darum, alte Ressourcen und Fähigkeiten wiederzubeleben, neue zu entwickeln, um künftig Lebensstrategien zur Verfügung zu haben, um mit Konflikten und belastenden Lebenssituationen angemessener und erfolgreicher umgehen zu können. Während der Therapie geht es auch darum, neu Gelerntes praktisch umzusetzen und damit die Rückkehr in den Lebensalltag vorzubereiten und die zukünftige persönliche Teilhabe am sozialen und beruflichen Leben zu unterstützen und zu sichern.

Vielen Dank für das Interview.



Peter Metzger
ist Dipl. Psychologe und Therapeutischer Leiter der Fachklinik Haus Siloah.



Dr. med. Olaf Lask
Facharzt für Psychiatrie Leiter der Abteilung Suchttherapie im Fliedner Krankenhaus und der Rehabilitationseinrichtung Fachklinik Haus Siloah, Ratingen

Urlaub im Kloster

Inmitten einer von Hektik getriebenen Welt ist unser Kloster ein Ort der Ruhe, an dem Leib und Seele neue Kraft schöpfen dürfen.

Urlaub in klösterlicher Atmosphäre. Erholen Sie sich in unserem Vitalzentrum (Massagen, Sauna, Schwimmbad, Fitness und Entspannung). Genießen Sie die herrliche Natur im weitläufigen Klosterpark oder lassen Sie sich von unseren spirituellen Impulsen anregen.



KLOSTER ARENBERG

erholen • begegnen • heilen

Kloster Arenberg
Cherubine-Willmann-Weg 1
D-56077 Koblenz

Tel. +49 (0) 261 - 6401- 0
Fax +49 (0) 261 - 6401- 3454

info@kloster-arenberg.de
www.kloster-arenberg.de