

SUCHT

Was ist Sucht?

Sucht wird von der Weltgesundheitsorganisation folgendermaßen definiert: Es handelt sich um ein Stadium chronischer oder periodischer Berausung durch wiederholte Einnahme einer natürlichen oder synthetischen Droge. Der Abhängige erreicht durch Einnahme bestimmter Substanzen (legale, illegale) einen anderen, von ihm angestrebten und als angenehm empfundenen Bewusstseinszustand.

Welche verschiedenen Suchtformen gibt es?

Substanzenbezogene Suchtformen = Suchtmittel

Handlungsbezogene Suchtformen = Suchttätigkeiten

Substanzenbezogene Suchtformen: = Suchtmittel

1. Legale Genussmittel

Von welchen legalen Genussmitteln kann man abhängig werden?

Schokolade

Kaffee

Esswaren ganz allgemein

Cola

2. Legale Suchtmittel:

Von welchen legalen Suchtmitteln kann man abhängig werden?

Alkohol

Nikotin

Medikamente: Amphetamine (Weckamine)

Barbiturate (Schlafmittel)

Tranquilizer (Beruhigungsmittel)

Betäubungsmittel: (Schnüffelstoffe)

3. Illegale Suchtmittel: Drogen:

Von welchen illegalen Suchtmitteln kann man abhängig werden?

Cannabisprodukte: Haschisch, Marihuana

Haluzinogene: LSD, Meskalin, Psilocybin

Kokaprodukte: Kokain, Crack

Opiate: Opium, Morphinum, Heroin

Designerdrogen: MDMA (Ecstasy)

PCP (Engelstaub),

MPTP (Synthetisches Heroin)

Handlungsbezogene Suchtformen: = Suchttätigkeiten

Von welchen Tätigkeiten (Süchten) kann man abhängig werden?

- *Essen*
- *Arbeiten*
- *Konsumieren*
- *Spielen*
- *Co - Abhängigkeit*
- *Fernsehen*
- *Sexualität, Zwanghaftes kriminelles Sexualverhalten*
- *Putzen*
- *Musik hören*
- *Zwanghafte kriminelle Tätigkeiten*
- *Zwanghaftes Bedürfnis nach Höchstgeschwindigkeit, Autoraserei*
- *Wie wirken Drogen im Gehirn?*

Eine der wesentlichen Eigenschaften ist, dass sie die Übertragung von Signalen zwischen Nervenzellen auf der Ebene der Neurotransmitter (Botenstoffe zwischen den Nervenzellen im Gehirn) beeinflussen können. Damit reizen sie die „Belohnungsbahnen“ im Gehirn. Da das momentan sehr angenehm ist, folgt daraus, dass dadurch immer wieder ein Bedürfnis danach entsteht und es so mit der Zeit zu einer psychischen, aber auch physischen Abhängigkeit kommen kann. Die veränderte Reizübertragung an bestimmten Orten des Gehirns wird vom Menschen als Rauschzustand erlebt.

Was tun die Drogen im Körper?

Die eigene Person, die Herkunft, die persönliche Lebensgeschichte- das alles tritt in den Hintergrund, sobald eine Sucht sich über alles legt. Durch die Einnahme von Drogen werden bestimmte Körperfunktionen verändert. Organsysteme werden blockiert oder zur Überfunktion angeregt, die Entstehung von Krankheiten wird begünstigt. Die ursprünglichen Wünsche an das Leben treten in den Hintergrund. Über allem steht die Gier, die nur mehr Interesse an der Fortsetzung der Suchtgewohnheiten hat.

Welche Personen sind gefährdet?

Die Entstehung einer Suchtkrankheit ist nie die Folge eines bestimmten persönlichen oder sozialen Traumas. Oft scheinen zufällige Begebenheiten das Entstehen einer schweren Suchtkrankheit zu verursachen. Biologische, soziale, genetische und psychologische Faktoren spielen zwar alle eine Rolle, können das Phänomen jedoch nicht in seiner Gesamtheit erklären.

Was spielt bei der Suchtentstehung eine Rolle?

- Das Suchtmittel, seine Erreichbarkeit, sein Abhängigkeitspotential, sein Wirkungsweise
- Das soziale Milieu
- Der Konsument, seine aktuelle persönliche Situation, seine Persönlichkeitsstruktur, seine individuellen Störungen und Ressourcen

Ist Sucht heilbar?

Sucht ist eine Krankheit, die sich in einem prozesshaften Geschehen äußert. Man kann natürlich den Süchtigen mit verschiedenen Mitteln dazu bringen, sein Rauschmittel nicht mehr zu konsumieren. Erfolgt dieses Hindern am Konsum des Suchtmittels aber gegen den Willen des Süchtigen, so wird es üblicherweise sofort nach Beendigung der gesetzten Maßnahmen zu einem Rückfall kommen. Verbesserung und Genesung können nur gelingen, wenn der Abhängige selbst den Wunsch entwickelt, aktiv auf dieses Ziel hinzuarbeiten.

Suchttherapie:

Bei der Analyse des Suchtverhaltens zeigt sich häufig, dass der Missbrauch eines Suchtmittels eigentlich nur der missglückte Versuch ist, ein anderes Problem, etwa eine depressive Verstimmung oder Selbstunsicherheit, in den Griff zu bekommen. Menschen lassen sich oft durch sogenannte „Oberpläne“ in ihrem Leben leiten. Solche „Oberpläne“ können lauten: „Ich muss von allen geliebt werden“ oder „ Ich muss immer perfekt sein“! Menschen, die solche Einstellungen haben, können sich schwer abgrenzen und versuchen, es allen Menschen recht zu machen und sind mit ihrem eigenen Leistungsniveau selten zufrieden. Damit zeigen diese Menschen Fehlverhaltensweisen, die letztendlich zu einer totalen Überforderung führen. Im Gebrauch von Suchtmitteln wird dann häufig ein Weg gesehen, um mit dieser Überforderungssituation fertig zu werden.

In der Therapie des süchtigen Verhaltens ist auf jeden Fall die absolute Abstinenz vom jeweiligen Suchtmittel vorrangig. Erst, wenn dieses Ziel erreicht ist, kann langsam mit der Therapie der

Grundstörung begonnen werden. Erfahrungsgemäß weist eine Suchterkrankung folgende psychische Hintergrundprobleme auf:

- Defizite in der sozialen Kompetenz
- Ängste und Phobien
- Depressionen
- Sexuelle Probleme und Partnerprobleme
- Gestörte Genussfähigkeit
- Defizite im Umgang mit negativen und positiven Emotionen wie Ärger, Wut, Trauer, Liebe, Genuss....

Für all diese Problembereiche gibt es gute therapeutische Konzepte, die sehr genau erarbeitet werden müssen. In der Endphase der Therapie geht es um die Stabilisierung der therapeutischen Fortschritte: grundsätzlich sollte der Klient jetzt fähig sein, das in der Therapie Gelernte sowohl in einem die Sucht betreffenden „Notfall“, als auch in anderen Problembereichen seines Lebens anzuwenden.

Autorin: Mag. Ilse Müller
e-mail: i.mueller@psychosomatik.at

Buchtipps:

- ⇒ Brosch, Juhnke: Sucht in Österreich, Verlag Orac 1993