

## INFORMATION



Suchtkrankenhelfer Dieter Balder

Telefon gesch: 245 66381 + 0172 3949158 Telefon priv. 604 20 85

E-Mail priv.: 01723949158@d2mail.de

# 015/12.99

Die Informationen wenden sich gleichermaßen an Frauen und Männer. Um den Sprachfluß nicht zu stören ist der Abhängige auch die Abhängige, der Betroffene auch die Betroffene, der Alkoholiker auch die Alkoholikerin, der Vorgesetzte auch die Vorgesetzte (usw.).

## ENTWICKLUNG DER ALKOHOALKRANKHEIT

Im zeitlichen Ablauf der Entwicklung des Alkoholismus (= Alkoholkrankheit) können **4 Phasen** unterschieden werden:

- **voralkoholische Phase**
- **Anfangsphase**
- **kritische Phase**
- **chronische Phase.**

Die ersten beiden Phasen werden oft weder vom Betroffenen noch von den Angehörigen und/oder Kollegen richtig wahrgenommen und erkannt.

### Merkmale der voralkoholischen Phase

Diese Phase meint das in unserem Land weitgehend übliche (fast schon automatische) Alkoholtrinken: beim Essen, beim Kartenspiel, Fernsehen, zu festlichen Gelegenheiten usw. Die meisten Menschen verbleiben ständig in dieser Phase des gesellschaftlichen Trinkens, aber einige wenige Prozent setzen den Weg zum Alkoholmißbrauch und Alkoholismus fort. Sie trinken häufiger und auch mehr als andere. Dabei beginnen sie, den Alkohol seiner Wirkung wegen zu trinken: der Alkohol verschafft ihnen Erleichterung, verdeckt Probleme und täuscht ein Gefühl der Stärke vor. Damit ist der Weg in die Anfangsphase beschritten.

### Merkmale der Anfangsphase

In dieser Phase vollzieht sich das Abrutschen des Alkoholgefährdeten zum Alkoholabhängigen. Es kommt zu „Gedächtnislücken“ während der Trinkperiode und stärkerer Abhängigkeit vom Alkohol. Gelegenheiten werden gesucht, ein paar Gläser oder Schnäpse ohne Wissen des Partners oder der Kollegen zu trinken (>heimliches Trinken<), die Gedanken kreisen fast ständig um den Alkohol. Gewissensbisse wegen des steigenden Alkoholkonsums verunsichern zunehmend die Persönlichkeit und steigern den Alkoholkonsum weiter: er beginnt allmählich, die Kontrolle über seinen Alkoholkonsum zu verlieren.

### Merkmale der kritischen Phase

Der Betroffene kämpft gegen seine Alkoholkrankheit und verfällt ihr dennoch immer mehr. Weitere typische Charakteristika dieser Phase sind: der Versuch, sein Trinken zu rechtfertigen, wachsendes Desinteresse an Freizeitbeschäftigung; Streitereien in der Familie und Konflikte am Arbeitsplatz bis hin zum Arbeitsplatzverlust.

## **INFORMATION**

### **Suchtkrankenhelfer Dieter Balder**

# 015/12.99

In der Folge isoliert sich der Alkoholranke zunehmend, auch seine Freunde ziehen sich von ihm zurück. Er vernachlässigt seine Ernährung und trinkt regelmäßig schon am Morgen oder am Vormittag. Beim Absetzen des Alkohols treten verschiedene Entzugserscheinungen auf (z.B. Zittern, Brechreiz, Schweißausbrüche u.ä.). Neben der psychischen Abhängigkeit hat der Kranke jetzt auch die körperliche Abhängigkeit entwickelt.

#### **Merkmale der chronischen Phase**

Die chronische Phase der Alkoholabhängigkeit setzt mit Rauschzuständen ein, die oft tagelang andauern. Typisch für diese Phase sind auch die organischen Schädigungen des Gehirns, die sich in deutlichen Gedächtnisstörungen und einer Veränderung der Persönlichkeit des Alkoholkranken zeigen. Schließlich tritt der sogenannte Toleranzbruch auf. Der Alkoholranke benötigt dann nur geringe Mengen Alkohol, um so betrunken zu sein, wie er es früher mit großen Mengen war. Toleranzbruch heißt also, daß die Alkoholverträglichkeit (fast) völlig zusammengebrochen ist. In diesem fortgeschrittenen Stadium der Krankheit sind die Alkoholkranken meist nicht mehr arbeitsfähig.

# I N F O R M A T I O N

## Suchtkrankenhelfer Dieter Balder

# 015/12.99

### *Einzelne Punkte des Krankheitsverlaufes*

1. *Gelegentliches Erleichterungstrinken*
2. *Beginn des regelmäßigen Erleichterungstrinken*
3. *Erhöhung der Alkoholtoleranz*
4. *Gedächtnislücken treten auf*
5. *Das heimliche Trinken*
6. *Zunehmende Abhängigkeit von Alkohol*
7. *Das Erleichterungstrinken wird zum Reflex*
8. *Schuldgefühle wegen des Trinkens*
9. *Gespräche über Alkohol werden vermieden*
10. *Die Erinnerungslücken werden zunehmend häufiger*
11. *Die Fähigkeit, mit dem Trinken wie andere aufzuhören, nimmt ab - → Der Kontrollverlust*
12. *Eine Erklärung des Trinkverhaltens wird nötig*
13. *Renommistisches, aggressives Imponiergehabe*
14. *Laufende Gewissensbisse*
15. *Rückfälle nach Perioden völliger Abstinenz*
16. *Gute Vorsätze und Entschlüsse schlagen fehl*
17. *Gedankliche und geographische Flucht*
18. *Verlust von anderen Interessen*
19. *Freunde und Familie werden fallen gelassen*
20. *Sorge am Arbeitsplatz und Geldsorgen*
21. *Grundloser Unwille*
22. *Vernachlässigung der Ernährung*
23. *Verlust der allgemeinen Willensstärke*
24. *Zittern und morgendliches Trinken*
25. *Abnahme der Alkoholtoleranz*
26. *Verschlechterung des Körperzustandes*
27. *Verlängerte Rauschzustände*
28. *Bemerkenswerter ethischer Abbau*
29. *Beeinträchtigung des Denkens*
30. *Trinken mit Personen unter dem eigenen Stand*
31. *Undefinierbare Ängste*
32. *Unfähigkeit, eine Tätigkeit zu beginnen*
33. *Das Trinken nimmt den Charakter der Besessenheit an*
34. *Verschwommene religiöse Wünsche*
35. *Die Alkoholalibis und das Erklärungssystem brechen zusammen*
36. *Die vollständige Niederlage wird zugegeben*

**Nur unter der Voraussetzung, daß weitergetrunken wird, führt der Krankheitsverlauf bis zum „bitteren Ende“. Einsicht und Umkehr können viel früher einsetzen. Der Suchtkrankenhelfer bietet jedem Leser sein Hilfe an, den Weg zur Einsicht und Umkehr zu finden.**