

INFORMATION



Suchtkrankenhelfer Dieter Balder

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

E-Mail priv.: 01723949158@d2mail.de

018/08.2000

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.).

Behandlung und Vorbeugung beim Alkoholismus

Ist eine Heilung/Stillstand der Krankheit überhaupt möglich?

Leider ist auch heute noch die Meinung verbreitet, man könne einen "echten Alkoholkranken" überhaupt nicht heilen. Wenn jemand erst einmal richtig dem Alkohol verfallen sei, könne man ihm auf die Dauer doch nicht helfen, d.h., man müsse ihn sozusagen "abschreiben". Solche Aussage ist **falsch**. Es soll jedoch nicht bestritten werden, dass es einzelne Alkoholranke gibt, bei denen diese pessimistische Prognose zutrifft. Sicher ist, dass die Alkoholkrankheit nur geheilt, oder besser gesagt zum Stillstand gebracht werden kann, wenn die Betroffenen mit all ihren Kräften mitarbeiten.

Was bedeutet: motiviert sein zur Behandlung?

Nur die wenigsten Alkoholkranken können bzw. wollen von einem Moment zum anderen mit dem Trinken aufhören. Der Wille zur Abstinenz muß sich erst entwickeln. Diese Entwicklung erfolgt im allgemeinen in 6 Schritten (Zwischenzielen):

1. Erkenntnis, dass eine Änderung der gegenwärtigen Situation notwendig ist (*"so geht es nicht mehr weiter"*);
2. Anerkennung der Hilfsbedürftigkeit (*"ich schaffe es nicht mehr allein"*);
3. Akzeptieren der angebotenen Hilfe (*"ich lasse mir helfen"*);
4. Akzeptieren, alkoholabhängig zu sein (*"ich bin ein Alkoholkranker"*);

5. Anerkennung des Abstinenzzieles (*"ich akzeptiere, dass ich keinen Alkohol mehr trinken darf"*)
6. Anerkennung des Zieles des allgemeinen Verhaltenswandels (*"ich muß mein Leben anders gestalten, wenn ich nicht mehr rückfällig werden will"*)

Den Alkoholkranken bei der Entwicklung dieser Schritte zu unterstützen, ist das vornehmliche Behandlungsziel der Kontakt- und Motivierungsphase und oft auch der schwierigste Teil im gesamten Behandlungsverlauf.

Was ist die Kontakt- und Motivierungsphase?

Eine der größten Schwierigkeiten ist die mangelnde Bereitschaft des Kranken zur Behandlung. Häufig kommt es nur unter äußerem Druck zur Therapie, weil z.B. der Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis kündigen will oder die Ehefrau mit der Scheidung droht. Der Betroffene ist jedoch von sich aus nicht bereit und glaubt immer noch, er schaffe es selbst. Er wird es nicht schaffen!! Nur durch Gespräche und Informationen und/oder durch den Kontakt mit anderen Alkoholkranken wird er allmählich selbst die Notwendigkeit einer Therapie einsehen. Ihm bei der Entwicklung dieser Erkenntnis zu helfen ist das **erklärte Ziel des Suchtkrankenhelfer**.

Welche Voraussetzungen gibt es für eine erfolgreiche Behandlung des Alkoholkranken?

Wie vorstehend bereits ausgeführt ist die wichtigste Voraussetzung, dass der Kranke richtig motiviert ist. Sehr wesentlich ist es, den Partner oder die ganze Familie in die Therapie mit einzubeziehen. Gegebenenfalls sogar die Arbeitsgruppe! Alle müssen über das ganze Alkoholismusproblem ausreichend aufgeklärt sein.

Für die notwendige Aufklärung steht ihnen der Suchtkrankenhelfer ebenfalls immer zur Verfügung.

Welches Ziel soll durch eine Behandlung erreicht werden?

Hauptziel der Behandlung ist es, aus dem Kranken eine körperlich und seelisch gesunde (d.h. beschwerde- und symptomfreie) Persönlichkeit zu machen, die in sozialer Selbständigkeit leben kann. Der völlige Verzicht auf Alkohol, die Alkoholabstinenz, ist beim Alkoholkranken dafür die Voraussetzung.

Alkoholabstinenz oder kontrolliertes Trinken?

Alkoholabstinenz bedeutet völligen Verzicht auf alkoholische Getränke jeder Art. Die Abstinenz bringt jedoch Probleme mit sich: Freunde, Bekannte und Verwandte und auch Kollegen erwarten vom erwachsenen Menschen einen (mäßigen) Alkoholkonsum. Wird man eingeladen, so ist meist die erste Frage: "Was willst du trinken?", kaum einer wagt, abzulehnen. Argumente, momentan nichts trinken zu wollen, werden mit dem Satz beiseite geschoben: "Ein Glas schadet doch nicht!"

Alkoholabstinenz ist aber aus verschiedenen Gründen nötig:

- ♦ Die Alkoholfolgekrankheiten heilen nur dann aus (soweit überhaupt bei fortgeschrittenen Stadien ein Heilung

möglich ist), wenn die Ursache dieser Krankheiten, nämlich der Alkohol, völlig ausgeschaltet bleibt.

- ♦ Die psychische Abhängigkeit bleibt auch nach jahrelanger Abstinenz noch erhalten, d.h., wenn der Alkoholkranke wieder mit dem Trinken beginnt, kehrt er meist rasch zu seinem alten Trinkstil zurück.

In den letzten Jahren wurde vor allem in manchen angloamerikanischen Ländern viel davon gesprochen, dass Alkoholkranken nicht mehr auf Dauer abstinent zu leben brauchen, d.h., dass sie es lernen könnten, kontrolliert zu trinken, wie dies der Großteil der "Normalbevölkerung" tut. Wenn man die bisher vorgelegten Ergebnisse überblickt, so zeigt sich, dass nur ein sehr, sehr kleiner Teil von Alkoholkranken ein solches kontrolliertes Trinkverhalten aufweist. Die meisten, die kontrolliert zu trinken versuchten, sind alsbald wieder rückfällig geworden. Die Erfahrungen zeigen immer wieder, dass es für den Suchtkranken viel leichter möglich ist, auf das Mittel ganz zu verzichten als den Konsum so zu steuern, dass Rückfälle sicher vermieden werden können! Ein einziger Rückfall kann aber bei einem Alkoholkranken u.U. wieder alles zerstören, was er in Jahren neu aufgebaut hat. Aus diesen Gründen ist es derzeit **in keiner Weise gerechtfertigt "kontrolliertes Trinken" als Behandlungsziel zu empfehlen.**