

NT KEINE ALTERSGRENZE

zeichnen sich durch die Kompetenzen und die Lebens- und Suchterfahrung betroffener Menschen aus. Die Teilnehmenden werden motiviert, aus der Sucht auszusteigen und Abstinenz aufrechtzuerhalten. Die Teilnahme an den Gruppen dient auch der Vorbeugung von Rückfällen. Die Selbsthilfe setzt auf freiwillige Mitwirkung aller Teilnehmenden und bietet in geschützter Atmosphäre Raum für Erfahrungsaustausch, Möglichkeiten zur Thematisierung von Ängsten und Schuldgefühlen und für stabilisierende Beziehungen. Die Räumlichkeiten für die Gruppentreffen werden oft von den Kirchengemeinden zur Verfügung gestellt.

Angehörige von Suchtkranken

Wenn Suchtkrankheiten in der Öffentlichkeit thematisiert werden, wird häufig die viel größere Zahl der Angehörigen von Suchtkranken vergessen. Lebenspartner, Eltern, Kinder, Freunde, Kollegen sind als Mitbetroffene in die Suchterkrankung einbezogen und verwickelt. Häufig kommen suchtkrankgefährdete und suchtkranke Menschen über die Vermittlung von Angehörigen in die Suchthilfeeinrichtungen. Oftmals suchen auch Angehörige für sich selbst Hilfe. Die Arbeit mit Angehörigen von Suchtkranken ist von wesentlicher Bedeutung zum einen für die Stabilität des Angehörigen zum anderen für die Motivation zur Veränderungsbereitschaft und für die Unterstützung des Suchtkranken bei der Zielerreichung. Der engere Kontakt oder das Zusammenleben mit einem Suchtkranken kann für die Menschen im sozialen Umfeld sehr belastend und leidvoll sein, weil es sie überfordert und auch an ihre Grenzen bringt. Angehörige von Abhängigen versuchen zu helfen. Es ist gut gemeint, wenn Menschen helfen und Kranke unterstützen wollen, kann aber in diesen Fällen der falsche Weg sein. Angehörige von Suchtkranken haben ein erhöhtes Risiko stressbedingt zu erkranken und weisen eine Vielzahl von psychosomatischen Symptomen auf. Möglicherweise kann auch ebenfalls eine eigene Suchterkrankung entwickelt werden. Besonders schwierig ist die Situation der Kinder von Suchtkranken. Sie tragen ein sechsfach höheres Risiko selbst suchtkrank zu werden. Kinder von suchtkranken Eltern haben kaum Möglichkeiten in einer

kindgerechten Welt aufzuwachsen, sie leben oft recht isoliert und übernehmen eine tragende Rolle und Verantwortung im Familienleben. Dazu kommt, dass Sucht stigmatisiert. Neben der emotionalen Belastung erleben die Kinder suchtkranker Eltern häufig auch Gewalt, denn Alkohol setzt die Hemmschwelle herunter.

Sucht im Alter

Sucht kennt keine Altersgrenzen und spielt in jedem Lebensalter eine Rolle.

Für die meisten Erwachsenen in Deutschland gehören alkoholische Getränke zum Alltag und erst recht zu Feierlichkeiten in der Familie oder mit Freunden. Alkohol belastet ganz allgemein den Organismus und mindert die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit. Das Älterwerden bringt jedoch Veränderungen mit sich, die zu einem besonders bewussten und mäßigen Umgang mit Alkohol raten. Mit zunehmendem Alter wirken Substanzen stärker auf den Organismus, zeigen mehr unerwünschte Effekte und Wechselwirkungen. Die Alkoholverträglichkeit nimmt im höheren Lebensalter ab. Mengen, die früher problemlos vertragen wurden, rufen schädliche Konsequenzen hervor und können deshalb zu Betrunkenheit, zu Stürzen und anderen Unfällen führen. Auch die Nerven im Gehirn werden feinfühligere gegenüber Alkohol. Ein schlechtes Allgemeinbefinden oder das Nachlassen von Konzentration und Aufmerksamkeit können durch Alkohol oder schädlichen Gebrauch von Medikamenten verursacht sein. Abhängiger und riskanter Suchtmittelkonsum beschwert die Lebensqualität, kann zu finanziellen Problemen und zu Einsamkeit und Isolation führen.

Im Hinblick auf den demografischen Wandel rückt das Thema Sucht im Alter immer mehr in den Fokus. Alkohol, Tabak und psychoaktive Medikamente führen auch im höheren und hohen Lebensalter zu Missbrauch und Abhängigkeit sowie weiteren schweren gesundheitlichen Schäden. Ältere Menschen nehmen aufgrund der Zunahme von Erkrankungen und Beschwerden mehr Medikamente ein als jüngere Menschen. Die größte Rolle bei Sucht