

SUCHT IST KEIN EINZELSCHICKSAL UND KENNT KEINE ALTERSGRENZE

Sucht hat viele Gesichter

Dazu gehören neben Alkohol- und Medikamentenmissbrauch der Gebrauch von illegalen Drogen, das exzessive Spiel, Medienmissbrauch sowie Ess-Störungen. Suchterkrankungen zählen zu den häufigsten chronischen Erkrankungen, sind aber immer noch ein Tabuthema. Dabei sterben in Deutschland jährlich mehrere zehntausend Menschen vorzeitig infolge ihres Alkoholkonsums, mehrere hunderttausend müssen im Krankenhaus behandelt werden. Hinzu kommen soziale Folgen, etwa durch Gewalttaten unter Alkoholeinfluss, und wirtschaftliche Auswirkungen. Sucht stellt damit nicht nur eine individuelle Herausforderung dar. Abhängiger und riskanter Suchtmittelkonsum belastet die Lebensqualität, nicht nur der Betroffenen sondern auch der Angehörigen. Denn: Die Geschichte einer Suchterkrankung ist auch immer die Geschichte einer individuellen, konkreten Person – und ihres Umfeldes. Partner, Kinder, Eltern, Freunde, Arbeitskollegen.



Sucht ist kein Einzelschicksal

Alkohol ist das Hauptsuchtmittel in Deutschland. In Bayern leben schätzungsweise insgesamt 1,4 Mio. Menschen, die entweder alkoholabhängig sind oder Alkohol in gesundheitlich riskanter oder schädlicher Weise konsumieren. Klinisch relevanter Medikamentenmissbrauch liegt bei ca. 180.000 Menschen vor, wobei ein problematischer Medikamentenkonsum weitaus höher ist.

Bei etwa 97.000 Personen zeigt sich ein missbräuchlicher Konsum von Cannabis. In Bayern gelten aktuell 37.000 Menschen als pathologische Glücksspieler, weitere 34.000 zeigen ein problematisches Spielverhalten.

Suchtprobleme sind lösbar

Ziel der Suchthilfe sind Angebote, die für die Betroffenen in ihrer jeweiligen Situation angemessen sind. Allen Betroffenen und deren Angehörigen steht ein spezialisiertes Suchthilfesystem zur Verfügung. Die ambulanten und stationären Suchthilfeinrichtungen der diakonischen Träger in Bayern bieten vielfältige und breit gefächerte Beratungs- und Behandlungsangebote, um suchtkranken Menschen und deren Angehörigen Hilfestellung und Unterstützung und Impulse zur Veränderung ihrer suchtfördernden oder suchterhaltenden Verhaltensweisen zu geben. Die diakonischen Träger in Bayern bieten neben den psychosozialen Suchtberatungsstellen und den Fachkliniken für Suchtrehabilitation weitere spezifische Angebote für Menschen mit einer Suchtproblematik an. Betreutes Wohnen in Wohngemeinschaften oder in Einzelwohnungen, sozialtherapeutische Einrichtungen, Pflegeheime für pflegebedürftige Abhängige und Suchtberatung für Suchtkranke in den Justizvollzugsanstalten.

Hilfe ist möglich

Die Auswertungen der deutschen Suchthilfestatistik zeigen, dass Suchtberatungsstellen eine stabilisierende Wirkung auf Menschen mit problematischem Suchtmittelkonsum haben. Es werden deutliche Stabilisierungs- bzw. Besserungseffekte in den Bereichen Wohnen, Lebensunterhalt, Partnerbeziehung und Aufnahme einer Erwerbsarbeit festgestellt.

Selbsthilfe

Die Suchtselbsthilfe ist ein wichtiger Baustein neben dem professionellen Suchthilfesystem. Ehrenamtliche Mitarbeitende begleiten Suchtkranke in angeleiteten Gesprächsgruppen. Die Gruppen

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 suchgefährdete und suchtkranke Menschen über die Vermittlung von Angehörigen in die Suchthilfeinrichtungen. 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 feinfühlig 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

im Alter spielen Suchtmittel wie Alkohol und Medikamente. Der Konsum von Alkohol zusammen mit Medikamenten bedeutet ein Risiko für die Gesundheit, da es zwischen den Wirkstoffen vieler Medikamente und Alkohol zu gesundheitsschädigenden und sogar gefährlichen Wechselwirkungen kommen kann. Besonders problematisch ist die Kombination von Alkohol und psychisch wirksamen Medikamenten wie Schlaf- und Beruhigungsmitteln oder Antidepressiva.

Aufgrund des medizinischen Fortschritts werden Suchtkranke älter und können ihr Suchtverhalten bis ins hohe Alter fortsetzen. Zunehmend gibt es Menschen, bei denen sich Suchtprobleme erst im höheren Alter entwickeln oder verfestigen. Wer trinkt, um körperliche Beschwerden zu lindern oder negative Gefühle wie Trauer, Einsamkeit, Langeweile oder Angst besser ertragen zu können, ist gefährdet. Meist werden für den späten Beginn einer Alkoholstörung kritische Lebensereignisse, die typischerweise mit dem höheren Lebensalter einhergehen, verantwortlich gemacht. Dazu gehören Verlust des Lebenspartners und der Übergang aus dem Berufsleben in die Berentung und damit verbundene Vereinsamung oder finanzielle Einbußen. Reduzierte soziale Kontakte begünstigen die Ausprägung einer Abhängigkeit.

Für mehr Gesundheit, Lebensqualität und Lebensfreude ist niemand zu alt

Lange Zeit wurde Suchthilfe für alte Menschen als randständige Aufgabe gesehen. Schädlicher Suchtmittelkonsum und Abhängigkeit im Alter werden bisher zu wenig beachtet und oftmals nicht erkannt. Angehörige und Pflegepersonal sind nicht ausreichend auf den Umgang mit Suchtproblemen vor-

bereitet und Hilfsangebote werden nicht genügend genutzt. Auch bei illegalen Drogen gibt es eine wachsende Gruppe älterer Konsumenten, deren Bedarf an Hilfe und Unterstützung über die übliche Behandlung der Drogenabhängigkeit hinausgeht.



Ältere Menschen mit Suchtproblemen sollten in Zukunft verstärkt vom Suchthilfesystem erreicht werden können. Diese Zielgruppen und ihre Angehörigen benötigen spezifischen Hilfen und Unterstützungsangebote. Die Suchtbehandlung von älteren Menschen zielt auf die Verbesserung der Lebenssituation und der körperlichen und seelischen Gesundheit. Veränderungen im Umgang mit Suchtmitteln lohnen sich in jedem Alter, da sich meist in kurzer Zeit die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit verbessert und somit sich die Möglichkeiten einer selbstverantwortlichen Lebensführung und der Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erhöhen.

(Susanne Ehrler, Referentin für Suchthilfe und AIDS im Diakonischen Werk Bayern)

www.diakonie-bayern.de
www.suchthilfe-bayern.de