

## „Superstar“ Alkohol

Alkohol ist das in unserer Gesellschaft am weitesten verbreitete Genuss- und Suchtmittel, dessen Gebrauch sich bis in die prähistorische Zeit zurückverfolgen lässt. Nach seinem – aus dem arabischen Kulturraum stammenden – Namen als „das Feinste vom Feinen“ (alkul = Puder, Schminke), hat er Funktionen als Durstlöcher, Energieträger, Medikament oder soziales Schmiermittel. Infolge seines hohen Kaloriengehalts (7,1 Kcal/g bzw. 30 kJ/g) gilt er als Nahrungsmittel. Er ist aber auch eine giftige Substanz und die Droge Nummer 1.

Nach einer sehr wechselhaften, zwischen Prohibition und Permission schwankenden Geschichte stellen Alkoholproduktion und -vertrieb heute einen Wirtschaftsfaktor ersten Ranges dar. Der Jahres-Pro-Kopf-Verbrauch ist in unserer Bevölkerung von etwa 2,0 Litern 100% reinen Alkohols um die Jahrhundertwende auf durchschnittlich 12,0 Liter gestiegen. Alkohol ist aber auch für 4,7% aller Krankheiten, für 10% der Todesfälle, für 50% der Neugeborenschäden und für jedes 2. Gewaltdelikt verantwortlich. Damit gehört er zu den wichtigsten gesundheitsgefährdenden Faktoren überhaupt.

### Schädlicher Gebrauch und Abhängigkeit:

Der Grossteil der Bevölkerung kann mit Alkohol in sozial angemessener Form umgehen, 5% leben sogar völlig abstinent. 15% der Jugendlichen und Erwachsenen bekommen mit Alkohol erhebliche Probleme, 3% entwickeln im Lauf der Jahre eine Abhängigkeits- bzw. Suchterkrankung. Diese stellt einen chronischen Prozess mit schweren Auswirkungen im psychischen, körperlichen und sozialen Bereich dar. Der Übergang vom Missbrauch zur Sucht ist ein prozesshaftes, in Phasen ablaufendes Geschehen, welches schliesslich zu verlängerten Rauschen, Verlust der Alkoholtoleranz, Beeinträchtigung des Denkens und Fühlens und zum Abbau der Über-Ich-Instanzen führen. Im Vordergrund der körperlichen Folgen stehen Störungen des Magen-Darm-Trakts, der Leber, des blutbildenden Systems und der Nervenzellen. Im sozialen Bereich stehen Schwierigkeiten in der Familie, in der Berufs- und Arbeitswelt, zunehmende Vereinsamung und Isolierung im Vordergrund.

### Ursachen der Alkoholsucht

Die Ursachen der Alkoholsucht sind komplex, sie lassen sich jedoch in drei grosse Faktoren zusammenfassen: Die spezifische Wirkung der Droge Alkohol, die individuellen Eigenschaften des konsumierenden Menschen und die Besonderheiten seines Sozialfeldes. Im Mittelpunkt der wissenschaftlichen Forschung zu den Entstehungsbedingungen des Alkoholismus stehen heute genetische und biochemische Hypothesen, Studien zur süchtigen Persönlichkeit sowie zur Bedeutung der kindlichen Entwicklung, der familiären Situation und des sozialen Umfeldes.

### Therapeutische und präventive Möglichkeiten

Sucht wird heute aber nicht mehr als Willensschwäche oder moralisches Defizit, sondern als gut behandelbare Krankheit gesehen. Die Therapie, welche einem biopsychosozialen Ansatz folgt, muss allerdings ganzheitlich angelegt sein und darf nicht nur auf das Idealziel – das Erreichen der Abstinenz – angelegt sein. Nach der körperlichen Entgiftung müssen die psychischen Suchtursachen aufgedeckt und Möglichkeiten zur Überwindung erarbeitet werden.

Dabei kommen psychotherapeutische Verfahren wie Gesprächs- und Gruppentherapie, Psychoanalyse und Verhaltenstherapie, aber auch Gestalt- und Kreativtherapie zur Anwendung. Von besonderer Wichtigkeit ist die Miteinbeziehung der Angehörigen, welche oft die Rolle des Co-Alkoholismus einnehmen, in den Behandlungsprozess. In der Nachbetreuung haben sich Gruppentherapie und Zusammenarbeit mit Selbsthilfeeinitiativen (z.B. Anonyme Alkoholiker) sehr bewährt.

Das Referat gibt einen Überblick über das Faszinosum Alkohol, über Ursachen und Entwicklung der Alkoholsucht, aber auch über die Chancen von Prävention und frühzeitiger Erkennung sowie über therapeutische und rehabilitative Möglichkeiten. **Letztlich geht es bei der Jugend um die Erziehung zur Alkoholmündigkeit, bei den Erwachsenen um kultivierten und mässigen Umgang und bei den Süchtigen um die Befähigung zur Selbstheilung und Autonomie.**

### Der Spezialist:

Univ. Prof. Prim. Dr. Reinhard Haller,  
Chefarzt der Stiftung Maria Ebene  
Leiter Krankenhaus Maria Ebene, Frastanz