

In Deutschland sind etwa 1,3 Mio. Menschen alkoholabhängig. Männer sind dabei häufiger betroffen als Frauen. Die Alkoholabhängigkeit zählt zu den häufigsten Formen der Sucht weltweit.

### Definition Abhängigkeit

Abhängigkeit ist das unwiderstehliche Verlangen nach einer Substanz (substanzgebunden) oder einem Verhalten (nicht substanzgebunden) mit dem Ziel, einen befriedigten Zustand zu erreichen.

### Ursachen

Ein Großteil der Bevölkerung in Deutschland trinkt Alkohol, doch nur wenige Menschen entwickeln tatsächlich eine Abhängigkeit. Woran liegt das? Damit es zu einer Abhängigkeit kommt, müssen mehrere Faktoren zusammenspielen (biologische, psychische und soziale Faktoren).

**Biologische Faktoren:** genetische Disposition (Vererbung), Ausschüttung von Dopamin im Gehirn >> Belohnungssystem wird durch Alkoholkonsum aktiviert

**Psychische Faktoren:** Trauma in der Kindheit (Verlust, Missbrauch, Tod eines Elternteils), Sorgen und Nöte, die nicht bewältigt werden können (z.B. Schulden), Depressionen

**Soziale Faktoren:** Umgang mit Alkohol im Freundeskreis (Gruppendruck) oder im familiären Umfeld (Alkohol zur Problembewältigung)

### Symptome

Eine Alkoholsucht kann sich sehr unterschiedlich äußern. Die Ausprägung der Symptome ist abhängig vom Schweregrad der Abhängigkeit:

**körperlich:** körperlicher Verfall, aufgedunsenes Gesicht, Entzugssymptome (z.B. Zittern, Krampfanfälle)

**psychisch:** Gedankenkreisen um Alkohol, Gereiztheit, depressive Verstimmung

**sozial:** Ausgrenzung, Vernachlässigung von Interessen, Verlust des Arbeitsplatzes, Schwierigkeiten in der Partnerschaft bis hin zu Trennung, Kriminalität (z.B. durch finanzielle Probleme oder Fahren unter Alkoholeinfluss), teilweise verbale oder körperliche Gewalt

### Entgiftung

In dieser Phase geht es darum, den körperlichen Entzug zu bewältigen. In der Regel wird die Entgiftung mit Medikamenten begleitet, die den Patienten vor gefährlichen Entzugssymptomen schützen, z. B. dem Alkoholdelirium (Delirium tremens).

### Entwöhnungstherapie

Nach der erfolgreich abgeschlossenen Entgiftung entscheiden sich viele Patienten, eine Entwöhnungstherapie zu durchlaufen. Hier geht es darum, nicht nur den Körper vom Substanzmittel zu befreien, sondern auch im Kopf neue Strukturen zu schaffen. Der Patient soll lernen, langfristig ohne den Alkohol zu leben.

### Rehabilitation

Die Wiedereingliederung, die sich stationär, teilstationär oder ambulant an die Entwöhnungsphase angliedern kann, befasst sich hauptsächlich mit dem Ziel, wieder in ein geregeltes berufliches und soziales Leben zurückzufinden. In der Regel sind in dieser Phase jedoch wenige Pflegendende tätig, da die Aufgaben primär in das Tätigkeitsfeld von Sozialarbeitern fallen.

### Fallbeispiel Craving

Frau M.\* ist 39 Jahre alt und seit 10 Jahren Alkoholikerin. Sie hat angefangen zu trinken, als ihr Freund sie mit ihrer Nachbarin betrogen hat. Nun führt sie bereits ihre dritte Entgiftung durch, bislang hat sie jedoch aufgrund ihres starken Suchtdrucks keine Behandlung durchgehalten. Sie spricht eine Pflegendende an und äußert, dass sie großen Suchtdruck hat und nicht weiß, was sie dagegen tun kann.

\* Fallbeispiel fiktiv, Namen frei erfunden



### ARBEITSAUFGABEN

- 1 Definieren Sie „psychotrope Substanzen“.
- 2 Bei allen psychotropen Substanzen unterscheidet man zwischen Substanzmissbrauch und Substanzabhängigkeit. Erklären Sie den Unterschied zwischen „Missbrauch“ und „Abhängigkeit“.
- 3 Welche Aufgaben können Pflegendende in der Entgiftungsphase übernehmen? Verschaffen Sie sich einen Überblick über die Pflegebasismaßnahmen und die Beobachtungskriterien.
- 4 Erklären Sie den Begriff Craving und beschreiben Sie, wie die Pflegefachkraft Frau M. unterstützen kann.
- 5 Diskutieren Sie in der Gruppe, weshalb es besonders im Umgang mit Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen wichtig ist, das eigene Verhalten zu reflektieren und konsequent aufzutreten.
- 6 Welche Beratungsaspekte sind während der Entgiftung und welche später, also während der Rehabilitation wichtig?