



MONATSTHEMA Februar

VOM GENUSS ZUR ABHÄNGIGKEIT

Die Zigarette in der Pause, das Bier am Feierabend, der Besuch im Casino oder das Zocken am Computer: Ab und zu ist doch okay, oder? «Wenn der Konsum zunehmend der eigenen Problembewältigung dient, sollte man sich fragen, ob man tatsächlich noch die Kontrolle über sein Konsumverhalten hat», erklärt Cornelia Kropp-Näf, Leitende Ärztin bei den PDGR. Die Entwicklung einer Sucht erfolgt oft schleichend, die Übergänge zwischen Genuss, Missbrauch und Abhängigkeit sind fließend. Zur Feststellung einer Abhängigkeit müssen jedoch mindestens drei der folgenden Kriterien über mindestens einen Monat hinweg vorliegen:

- Starker Wunsch oder eine Art Zwang, zu konsumieren
- Verminderte Kontrollfähigkeit über Start, Ende oder Menge des Konsums
- Körperliche Entzugssymptome bei Beendigung oder Reduktion
- Nachweis einer Toleranzentwicklung
- Vernachlässigung anderer Interessen und Pflichten
- Anhaltender Konsum trotz Nachweis gesundheitlicher Schäden

Verschiedene Faktoren können die Suchtentwicklung begünstigen, darunter die Wirkweise des Suchtmittels selbst, erbliche Veranlagungen, Stress, Konflikte, fehlende tragfähige Bindungen, eine mangelhafte Impulskontrolle, fehlende soziale und emotionale Kompetenzen, familiäre Probleme oder auch fehlende Perspektiven und Einsamkeit. «Gesellschaftliche Normen prägen ebenfalls unser Konsumverhalten», erklärt die Leitende Ärztin, «in unserer Kultur werden z. B. Suchtmittel wie Alkohol

und Zigaretten eher toleriert, zudem sind sie leicht und günstig verfügbar. Aber auch die Popularität von leistungssteigernden Substanzen nimmt in unserer Gesellschaft zu.» Eine Abhängigkeitserkrankung verursacht erheblichen Leidensdruck. «Ein Ausstieg beginnt immer mit dem Wunsch des Betroffenen, aufhören zu wollen. Solange dies nicht der Fall ist, ist es oft schwierig, erfolgreich zu behandeln,

und kann viel Leid bei den Betroffenen und deren Angehörigen auslösen», so Kropp-Näf. Es ist entscheidend, früh das Gespräch zu suchen und Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen – auch für Angehörige. Die Fachärztin: «Abhängigkeit ist eine Krankheit, die behandelbar ist. Leider holen sich Betroffene oft erst sehr spät die Hilfe, die sie benötigen.»

pdgr.ch/monatsthema



Margreth Meier
Betriebsleiterin



Dr. med. Rahul Gupta
Ärztlicher Direktor



Marcus Caprez
Peer Mitarbeiter



Simon Manuel Binz
Oberpsychologe



Benjamin Krexa
Chefpsychologe



Harun Kerim Mumcu
Assistenzpsychologe



Matthias Helmut Esenwein
Oberarzt



Dr. med. Cornelia Kropp-Näef
Leitende Ärztin



Cornelia Scherl
Oberpsychologin
Leitung Tagesklinik

FACHBEITRÄGE FEBRUAR

16. Februar 2024

Südostschweiz Glarner Nachrichten

13. – 16. Februar 2024

Beitragsreihe TV Südostschweiz

26. Februar 2024

Thementag Radio Südostschweiz