

## PRESSEMITTEILUNG

### Umgang mit Alkohol und Drogen - wenn aus Genuss Sucht oder Missbrauch wird

Ein Dossier von [therapie.de](http://www.therapie.de)

München, 16. Mai 2013. Auf gelungene Ereignisse und Geburtstage wird oft mit einem Gläschen Sekt oder einem Bier angestoßen - Alkohol ist Teil der Lebenskultur. In der Geschichte der Menschheit spielten auch Drogen eine bedeutende Rolle. Häufig wird ihre Wirkung als positiv empfunden. Das fördert den wiederholten Konsum bis hin zur unkontrollierten Einnahme. Die psychischen Störungen Abhängigkeit oder Missbrauch können sich entwickeln. Das Deutsche Rote Kreuz beziffert die Zahl der Alkoholabhängigen in Deutschland mit etwa 2,5 Millionen Menschen. Pro Jahr sterben etwa 40.000 an den direkten oder indirekten Folgen von zu starkem Alkoholkonsum. An Drogenmissbrauch sterben in Deutschland jährlich 1.000 Menschen.

Die Grenze zu Missbrauch oder Sucht kann bei regelmäßigem Alkoholkonsum schnell überschritten werden. Aus einer gut kontrollierten Gewohnheit wird ein zwanghaftes Bedürfnis. Ob sich aus problematischen Trinkgewohnheiten tatsächlich eine Sucht oder ein Missbrauch entwickelt, hängt von vielen Faktoren ab. Ist eine Alkoholabhängigkeit einmal entstanden, kann sie nicht „geheilt“ werden. Trotz sehr langer Abstinenz kann es auch nach Jahrzehnten noch zu Rückfällen kommen. Eine Alkoholproblematik tritt häufig mit anderen psychischen Störungen wie z.B. Depressionen, Angststörungen oder Borderline-Persönlichkeitsstörungen auf. Sie können Folge oder Ursache des Alkoholproblems sein.

Nur mit Hilfe einer Therapie haben die Betroffenen überhaupt eine Chance, das Alkoholproblem in den Griff zu bekommen. Denn auch bei „erfolgreichen“ Therapien werden bei stationärer Therapie immerhin 50% und bei ambulanter Behandlung sogar 60% der Alkoholabhängigen innerhalb von 1-2 Jahren wieder rückfällig.

Neben dem bei Alkoholabhängigkeit gebotenen körperlichen Entzug soll mittels einer psychotherapeutischer Behandlung vor allem die Motivation zur Veränderung des Trinkverhaltens gefördert werden. Die Identifizierung wichtiger Bedürfnisse, Ziele, Werte, zu denen das problematische Trinkverhalten im Widerspruch steht (bspw. die Fürsorge für die Familie), die Stärkung der Entscheidungskompetenz und des Glaubens an die eigenen Fähigkeiten zur Veränderung sowie das Erarbeiten von alternativen Bewältigungsstrategien für Situationen, die gewöhnlich den Alkoholwunsch ausgelöst haben, sind i.d.R. Gegenstand einer solchen Psychotherapie. Wichtig für den mittelfristigen Erfolg ist, dass die betroffene Person nicht versucht, sich alleine, sondern mit einer Kombination aus Therapie, Selbsthilfegruppe (z.B. Anonyme Alkoholiker), Sorge für die Angehörigen und gezielte Veränderung des persönlichen Umfelds, aus der Sucht zu befreien.

*Das ausführliche Dossier zu Alkohol- und Drogenkonsum mit Fachinformationen, Wirkungsweisen, Diagnose, Therapiemöglichkeiten und Fallbeispielen finden Sie hier:*  
<http://www.therapie.de/psychel/info/diagnose/sucht/alkohol-und-drogen/>

Der Verband Pro Psychotherapie e.V. setzt sich für eine bessere Versorgung von Menschen mit psychischen Problemen, verständlichere Informationen über Psychotherapie und den Austausch unter Fachleuten ein. Der Verein wurde 2004 in München gegründet. Das Online-Portal [therapie.de](http://www.therapie.de) richtet sich an Hilfesuchende, interessierte Laien und an Experten, die fachlichen Austausch suchen. Über 5.000 qualifizierte Psychotherapeuten, Psychologen und psychotherapeutische Heilpraktiker bieten dort ihre Hilfe an. Des Weiteren sind fundierte Informationen zu Therapieformen, Diagnosen und Ausbildung zu finden. Psychologische Tests zu den wichtigsten Krankheitsbildern komplettieren das Angebot.

Ansprechpartner [therapie.de](http://www.therapie.de)  
 Pro Psychotherapie e.V.  
 Dipl.-Psych. Fritz Propach  
 Goethestrasse 28  
 80336 München  
 Tel. 089 - 72 99 75 36  
 Fax 089 - 72 99 75 38  
[psyche@therapie.de](mailto:psyche@therapie.de)  
[www.therapie.de](http://www.therapie.de)

Ansprechpartner Presse  
 Kommunikationsmanagement  
 Ulrike Propach  
 Waltisrieder Str. 17  
 87616 Marktobderdorf  
 Tel. 08342 - 91 83 471  
 Mobil 0178 / 41 55 391  
[presse@therapie.de](mailto:presse@therapie.de)