



Entstehung und Behandlung der Alkoholkrankheit

Genese - Diagnostik - Therapie - Abstinenz

Von Uli H.J. Homann

Entstehung und Behandlung der Alkoholkrankheit

Für die Entwicklung einer Alkoholabhängigkeit gibt es bis heute kein einheitliches Erklärungsmodell. Was beim Einzelnen zu einer Alkoholproblematik führt, ist individuell sehr unterschiedlich und meist von verschiedenen Faktoren abhängig. Ganz klar kann jedoch mit einigen Vorurteilen aufgeräumt werden, die im Zusammenhang mit Alkoholabhängigkeit immer wieder genannt werden:

■ **Persönlichkeit:**

Alkoholabhängigkeit ist keine Charakterfrage. Alkoholabhängige sind keine besonders labilen, willensschwachen oder unbeherrschten Personen. Die oft zitierte „Suchtpersönlichkeit“ lässt sich nicht durch wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen.

■ **Vererbung**

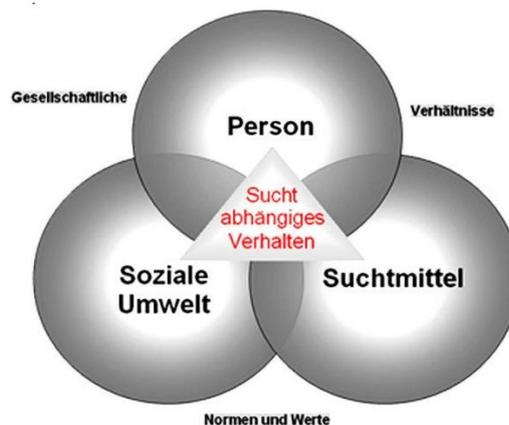
Auch wenn Angehörige von Alkoholabhängigen ein erhöhtes Risiko haben, ebenfalls eine Alkoholabhängigkeit zu entwickeln, kann man keinesfalls davon sprechen, dass die Erkrankung selbst vererbt wird. Was anscheinend vererbt wird, sind körperliche Faktoren wie Alkoholverträglichkeit bzw. Alkoholabbaukapazitäten. Eine erbliche Vorbelastung allein reicht nicht aus, um eine Abhängigkeit zu entwickeln.

■ **Schwere Kindheit / Schicksalsschläge**

Nicht alle Alkoholabhängigen hatten eine schwere Kindheit oder ein besonders schweres Leben vor Entwicklung ihrer Erkrankung. Andersherum entwickelt auch nicht jeder Mensch, der unter schwierigen Bedingungen in der Kindheit gelitten hat bzw. harten Schicksalsschlägen ausgesetzt war, eine Alkoholabhängigkeit. Ein Vergleich von Lebensläufen von alkoholabhängigen und nicht abhängigen Personen brachte keinerlei Unterschiede zu Tage.

Die Entwicklung einer Abhängigkeit ist keine einfache Ursache-Wirkungs-Beziehung, sondern ein komplexer Prozess („multifaktorielle Genese“), der in den meisten Fällen über einen längeren Zeitraum hinweg schleichend verläuft.

„Bio-Psycho-Soziales Modell“ der Abhängigkeitserkrankung



Risikosituationen

1. Negative Gefühle

Bei Ärger, Trauer, Streit oder beruflichem Stress steigt der Druck, Alkohol zu trinken, um sich zu beruhigen, die negativen Gefühle nicht mehr oder zumindest weniger intensiv ertragen zu müssen ("Ich trank vor allem, wenn ich mich insgesamt deprimiert und einsam fühlte").

2. Körperliche Beschwerden

Alkoholgenuss führt bei körperlichem Unwohlsein zu einer subjektiven Besserung der Beschwerden bzw. der unangenehmen Zustände ("Ich trank vor allem, wenn ich mich körperlich unwohl oder krank fühlte, wenn ich Schlafstörungen hatte oder wenn ich wacher, munterer oder unternehmungslustiger werden wollte!").

3. Kontrolliertes Trinken

Wenn durch eine längere Abstinenzphase die Sicherheit entstanden ist, nunmehr kontrolliert mit Alkohol umgehen zu können, steigt die Gefahr, die bisherige Abstinenz zu verletzen und so wieder in alte Verhaltensweisen zurück zu fallen ("Ich trank vor allem, wenn ich sehen wollte, ob ich kontrolliert trinken kann, wenn ich mir beweisen wollte, dass Alkohol kein Problem für mich darstellt oder wenn ich herausfinden wollte, ob ich gelegentlich etwas Alkohol trinken kann, ohne erneut in die Abhängigkeit zu rutschen!").

4. Verlangen

In bestimmten Situationen, die früher mit Alkohol verbunden waren, kann es plötzlich zum Auftreten von körperlichem Verlangen kommen, das sich in Unruhe, Schwitzen, zitterigen Händen oder anderen Symptomen äußern kann. Wird der Betroffene durch dieses Verlangen überrascht, wirkt es oft übermächtig, der Griff zum Alkohol scheint unausweichlich ("Ich trank vor allem, wenn ich an einem Ort war, an dem ich früher Alkohol gekauft oder getrunken habe, wenn ich unerwartet eine Flasche meines Lieblingsgetränks fand oder zufällig etwas sah, was mich an Alkohol erinnerte!").

5. Angenehme Gefühlszustände

Alkohol wird nicht nur eingesetzt, um unangenehme Gefühle zu bekämpfen, sondern auch, um angenehme Gefühle zu verstärken oder zu verlängern ("Ich trank vor allem dann, wenn ich glücklich war, wenn ich mit mir und meinem Leben rundum zufrieden war oder wenn ich mich an ein positives Ereignis erinnerte!").

6. Geselligkeit

Situationen, in denen mehrere Menschen beisammen sind und in denen üblicherweise Alkohol getrunken wird, sind für viele Betroffene eine große Herausforderung und mit einem hohen Rückfallrisiko verbunden ("Ich trank vor allem, wenn ich mich gemeinsam mit alten Freunden amüsieren wollte oder wenn ich mich jemandem, den ich mochte, noch näher fühlen wollte!").

7. Konflikte

Als soziale Konflikte sind sowohl offene Auseinandersetzungen gemeint als auch Konflikte, die sich eher im Erleben des Betroffenen abspielen. Alkohol kann in solchen Situationen dazu dienen, den vorhandenen Konflikt weniger bewusst wahrzunehmen oder damit verbundene negative Gefühlszustände erträglicher zu machen ("Ich trank vor allem, wenn es zu Hause

Krach gab, wenn ich mich in Gegenwart anderer Personen unwohl fühlte oder wenn ich mit anderen an meiner Arbeitsstelle oder in meiner Ausbildung nicht zurechtkam!").

8. Soziale Verführung

Nicht selten finden sich im Freundeskreis eines Alkoholabhängigen einige Menschen, die den Betroffenen schon früher zum Trinken überredet haben und auch weiterhin nicht akzeptieren wollen, dass er auf Alkohol verzichten möchte. Durch die Aufforderung zum Mittrinken kann für den Betroffenen ein enormer Druck entstehen, dem er kaum standhalten kann ("Ich trank vor allem, wenn Freunde, mit denen ich unterwegs war, wiederholt vorschlugen, dass wir gemeinsam etwas trinken sollten oder wenn ich glaubte, eine Aufforderung zum Mittrinken nicht ablehnen zu können!").