

Das große Zittern

Wenn Alkohol zum Problem wird

Wer trinkt nicht hin und wieder mal ein Glas Rotwein zum Essen oder am Wochenende ein gepflegtes Pils? Bei einigen Menschen wird der Alkoholkonsum allerdings zur täglichen Gewohnheit. Plötzlich beginnen die Hände zu zittern, rutscht so mancher vom Alkoholgenuss in die Suchtfalle.

Die Suchtberatung der Diakonie in den Evangelischen Kliniken hilft schnell und unbürokratisch Betroffenen und/oder deren Angehörigen, wenn Alkohol oder Medikamente zum ernststen Problem werden. Ein Betroffener, der es geschafft hat, spricht offen über seine überwundene Sucht.

„Wenn ich ausnüchterte, begann ich zu zittern.“

Suchtberatung im EVK hilft bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit.

Vor sieben Jahren nahm die Suchtberatung der Diakonie in den Evangelischen Kliniken in der Munckelstraße ihre Arbeit auf. Jeden Dienstag findet zwischen 16.30 und 18.30 Uhr eine Sprechstunde statt, in der Betroffene und Angehörige unbürokratisch Hilfe bekommen- und zwar kostenfrei.

Für viele Menschen bedeutet die offene Sprechstunde eine Erleichterung, da man sich nicht vorher anzumelden braucht und in einer „vertraulichen Atmosphäre über sein Problem oder das eines Angehörigen sprechen kann. Die Sprechstunde ist anonym. „Wir unterliegen der Schweigepflicht“, wie Suchtberaterin Birgit Hegenberg versichert.

Es sind viele, die das Angebot wahrnehmen. Im ersten Jahr waren es noch knapp 50 Leute, die in die Sprechstunde kamen. Bis 2009 stieg die Zahl auf 204 an.

Während die Alkoholsucht in der Gesellschaft durchaus präsent ist, das sich auch die Symptome äußerlich zeigen - etwa durch eine beständige Bierfahne -, ist die Abhängigkeit von Medikamenten ein weitestgehend unterschätztes Problem, vielleicht auch deshalb, weil viele, die nach Tabletten und dergleichen süchtig sind, sich ihrer Sucht gar nicht bewusst sind - Medikamente sind im Allgemeinen positiv besetzt, sprich: Medikamente helfen gegen Krankheiten, sind also naturgemäß gut. Naturgemäß gut? Wer einmal tablettensüchtig geworden ist, kommt davon vielfach schwerer los als von Bier oder Schnaps. „Der Medikamentenentzug dauert bis zu zwei Jahre“, so Eva Schramm. Beim Alkohol sind es, zumindest was die Entgiftung angeht, ein paar Tage. Das Problem Alkoholsucht beeinflusst den Alltag. „Menschen, die massiv trinken, ziehen sich immer mehr zurück“, so Suchtberaterin Eva Schramm. „Die Spirale in den Abstieg setzt immer mehr ein.“ So auch bei Herrn K. Der Einstieg in den Alkohol begann bei dem mittlerweile 40-jährigen Unternehmer in der Jugend. Mit 13 trank K. seine erste Flasche Bier; seine Sturm-und-Drang-Phase hatte er mit 15, 16 Jahren. „Mit 28 begann der tägliche Konsum“, berichtet K. Zwei bis drei Kisten Bier konsumierte er in der Woche - manchmal eine halbe Kiste am Tag. Alkoholismus ist ein schleichender Prozess. Beim täglichen Konsum aber lassen sich die Symptome nicht mehr verdrängen. „Wenn ich ausnüchterte, begann ich zu zittern“, bekennt K. „Mein Nervenkostüm war angegriffen.“ Der Zustand war nicht mehr tragbar - weder beruflich noch privat. Die Beziehung mit seiner Lebensgefährtin stand auf dem Spiel. Also entschloss sich K., das Problem anzugehen. Noch wenige Tage vor der Entgiftung entschloss sich K. zum kalten Entzug, eine Methode, die nicht ganz ungefährlich ist. Die Entzugerscheinungen waren zu groß. „Meine Freundin hat mir nachts noch vier, fünf Flaschen Bier besorgt“, erinnert sich K.

„Manche Alkoholiker“, so Eva Schramm, „versuchen, ihren Alkoholkonsum mit Medikamenten zu drosseln.“ Diese Methode sei aber sehr zweifelhaft. „Medikamente können persönliche Gespräche nicht ersetzen“, so Schramm.

Nach der Entgiftung halfen K. eben jene Gespräche bei der Therapie. Etwa eineinhalb Jahre dauerte die Therapie. Seit gut zwei Jahren ist K. mittlerweile trocken. Seine Lebensgefährtin, die im übrigen überhaupt keinen Alkohol konsumiert, war ihm während dieser Zeit stets eine Stütze.

„Am Anfang“, berichtet K, „war das schwer. Ich habe Gegenden gemieden, wo Alkohol konsumiert wird.“ Auch die ständige Präsenz von Alkohol durch Werbung machte K. zu schaffen. Mittlerweile ist der Alkoholkonsum anderer für K. kein Problem mehr. Sein Freundeskreis weiß von K.'s Geschichte; Freunde mieden es anfangs, in seiner Gegenwart zu trinken. Mittlerweile ist die Situation entspannter.

Entzugserscheinungen verspürt K. nicht. „Nach einem knappen Jahr habe ich angefangen. mein abstinentes Leben zu genießen“, so K. „Ich habe zu einem völlig neuen Ich gefunden.“

Und sein Vorbild hat offensichtlich abgefärbt. „Mein bester Freund“, so K., „mit dem ich früher am Wochenende getrunken habe, hat an Silvester seine letzten vier Flaschen Bier getrunken.“

Quelle: Stadtspiegel, Ausgabe vom 23.06.2010