

SUBSTANZABHÄNGIGKEIT

Substanzabhängigkeit - was ist das?

- oft auch „Sucht“ genannt
- ist eine psychische Erkrankung
- muss erkannt und behandelt werden

Was sind Drogen?

- Stoffe, die einen Rausch hervorrufen sollen oder abhängig machen können
- können Wahrnehmung und Bewusstsein verändern
- Unterscheidung zwischen legal (z.B. Alkohol, Nikotin) und illegal (z.B. Cannabis, Kokain)



Wie viele Drogen nehmen Jugendliche (12-17 Jahre)?

- 7,2% rauchen
- 27% haben mindestens einmal Nikotin ausprobiert
- 9% trinken regelmäßig (mind. einmal in der Woche)
- 63,4% haben Alkohol bereits probiert
- 10,6% haben schon einmal eine illegale Droge konsumiert



Wo bekomme ich Hilfe?

Anonymes Sorgentelefon Verein für Integration und Suchthilfe e.V.: 06421 26400

Telefonseelsorge: 0800 1110111
Nummer gegen Kummer: 116 111

Selbsthilfegruppen: Selbsthilfe-Marburg.de

Suchtberatung:
Diakonisches Werk
Marburg-Biedenkopf: 06421 91 260

Hessische Landesstelle für
Suchtfragen e.V.: hls-online.org

Für suchtbelastete Familien:
Drachenherz Marburg
06421 23129



Wie zeigt sich Sucht?

- Kontrolle über den Einsatz verlieren (Zeitpunkt/Häufigkeit/Menge/...)
- Soziale Beeinträchtigung (Verlust von Freundschaften/Beziehungen/...)
- Riskanter Einsatz (Konsumieren obwohl man andere oder sich selbst dadurch gefährdet)
- Körperliche Veränderungen (Gewöhnung & Entzugerscheinungen)

Wie viele Menschen (in DE) sind abhängig/süchtig?

- Nikotin: 7,8% ♂ 5,7% ♀
- Alkohol: 5,2% ♂ 2,1% ♀
- Cannabis: 0,5% ♂ + ♀
- Schmerzmittel (Analgetika): 2,5% ♂ 3,4% ♀

Wie kann eine Behandlung aussehen?

- Selbsthilfegruppen
- Entzug/Entgiftung
- stationärer Klinikaufenthalt
- Tagesklinik
- Psychotherapie in einer Praxis

Es ist auch eine Kombination aus mehreren Behandlungen möglich.

Wie entsteht eine Sucht?

- Drogen lösen in unserem Gehirn gewisse Reaktionen aus, die einen Rausch erzeugen.
- Bei mehrfachem Konsum, gewöhnt sich das Gehirn an die Droge & man braucht immer mehr von davon, um denselben Effekt zu erzielen (Gewöhnung).
- Sucht ist dann die Verschiebung von einem anfänglichen angenehmen Zustand zu einem "Ich brauche das, um zu funktionieren"-Zustand.
- Vor allem im Jugendalter ist das Gehirn sehr empfindlich und es ist wichtig, gut darauf acht zu geben.

Wer wird süchtig/abhängig?

In den Medien werden häufig nur bestimmte Gruppen von Menschen (z.B. Rockstars) als abhängig dargestellt. Tatsächlich kann **jeder** Mensch eine Sucht entwickeln.



Jede*r muss selbst entscheiden, ob er*sie Drogen konsumiert. Wichtig ist, dass ihr eine **informierte Entscheidung** trifft!

