

## Medienmitteilung

Medienmitteilung vom 17. Mai 2018

### Wenn Alkohol zum Medikament wird

**Manche Menschen greifen zu Alkohol, um psychische oder körperliche Leiden zu lindern. Damit steigt das Suchtrisiko. Zudem können Symptome der Grunderkrankung stärker werden. Am Nationalen Aktionstag Alkoholprobleme vom 24. Mai bringen Stand- oder Plakataktionen, Theater oder Kinoabende das Thema der Öffentlichkeit näher. Organisationen der Suchtberatung und -therapie machen so auch auf ihre Hilfsangebote aufmerksam.**

«Dreimal täglich – wenn Alkohol zum Medikament wird», lautet das Motto des diesjährigen Nationalen Aktionstages Alkoholprobleme. Menschen mit bestimmten Erkrankungen haben ein erhöhtes Risiko für Alkoholprobleme. Eine mögliche Erklärung ist die «Selbstmedikation»: Manche Patienten und Patientinnen mit einer psychischen Problematik versuchen mit einem Suchtmittelkonsum, Symptome zu lindern. Studien belegen, dass Menschen mit bestimmten psychiatrischen Erkrankungen stärker gefährdet sind, einen problematischen Alkoholkonsum zu entwickeln als psychisch Gesunde. Bei Depressionen etwa ist das Risiko zwei Mal so hoch und bei bipolaren Störungen (Extremschwankungen der Stimmungen und des Antriebs) gar sechs Mal.

#### «Ohne Alkohol nicht zu ertragen»

Aussagen von Betroffenen zeugen davon, wie gross der Leidensdruck sein kann:

«Wenn ich abends alleine zu Hause sitze und etwas trinke, kann ich das besser ertragen». «Ich war nicht imstande, meine Wohnung zu verlassen, um an die frische Luft zu gehen. Ich dachte, das einzige, was mir gut tun könnte, sei das Trinken».

«Sobald ich schwierige Aufgaben am Arbeitsplatz zu erwarten habe, muss ich vorher etwas trinken, sonst könnte ich das gar nicht durchstehen».

#### Alkohol – kein Mittel gegen Ängste

«Ich brauche den Alkohol, weil ich meine Ängste sonst nicht ertragen könnte». Der Alkoholkonsum kann kurzfristig gewisse Symptome wie Stress oder Angstzustände



verringern und so die positive Erwartung an den Alkohol verstärken. Dies kann einen langfristigen Konsum begünstigen, der wiederum neue Angststörungen hervorrufen oder bestehende verstärken kann. Und sowohl die Angststörung als auch die Alkoholkrankheit beeinflussen den Verlauf und die Behandlung der jeweils anderen Erkrankung negativ.

### **Die Stimmen im Kopf**

«Wenn ich wieder meine Stimmen höre und dann Alkohol trinke, dann sind die Stimmen zwar nicht weg, aber für mich erträglicher». Menschen, die an einer Schizophrenie leiden, haben laut Schätzungen ein drei Mal höheres Risiko für eine Alkoholkrankheit. Treten beide Erkrankungen auf, verschlechtert sich der Gesundheitszustand, die Betroffenen neigen z.B. häufiger zu fremdaggressivem oder suizidalem Verhalten.

Auch bei weiteren Beschwerden wie (chronischen) Schmerzen, Stress und Schlafstörungen greifen manche Menschen zu Alkohol, um ihr Leiden zu lindern. Dass Alkohol die Schlafqualität nicht verbessert, sondern verschlechtert, ist vielfach belegt. Ältere Personen bilden eine Risikogruppe, da sie altersbedingt vermehrt von solchen Beschwerden betroffen sind.

### **Alkohol ist kein Mittel gegen Beschwerden**

Das Fazit von Fachleuten fällt nüchtern aus: Alkohol ist kein geeignetes Mittel, um Beschwerden zu lindern. Das gilt für alle Personen und insbesondere für Menschen mit einer psychiatrischen Erkrankung oder Schmerzen. Das Risiko, eine Konsumstörung zu entwickeln oder das Grundleiden zu verschlimmern, ist bei einem solchen Konsummotiv erhöht.

### **Aktionen in der ganzen Schweiz**

Organisationen, die in der Suchtberatung und -therapie tätig sind, planen für den Nationalen Aktionstag Alkoholprobleme viele spannende Aktionen.



Am 24. Mai finden verschiedenste Anlässe in der ganzen Schweiz statt: Vorträge, Stand- und Plakataktionen, Theater und weitere Events bringen der Öffentlichkeit das Thema näher und machen auf Hilfsangebote aufmerksam.

### **Der Nationale Aktionstag Alkoholprobleme**

Der Nationale Aktionstag Alkoholprobleme wird von den drei sprachregionalen Fachverbänden Fachverband Sucht, Groupement Romand d'Etudes des Addictions, INGRADO – Servizi per le dipendenze sowie vom Blauen Kreuz, von den Anonymen Alkoholikern (AA), von der Schweizerischen Gesellschaft für Suchtmedizin (SSAM) und von Sucht Schweiz getragen. Der Aktionstag wird durch den Nationalen Alkoholpräventionsfonds finanziert.

[Aktivitätenliste](#) für die Regionen

Mehr Informationen zum Aktionstag: [www.aktionstag-alkoholprobleme.ch](http://www.aktionstag-alkoholprobleme.ch)

### **Unterstützungsangebote**

- Faltblatt „[Was sollte ich über Alkohol wissen?](#)“
- Faltblatt „[Nahestehende von Menschen mit einem Suchtproblem](#)“
- Broschüre „[Leben mit einem alkoholabhängigen Partner – Leben mit einer alkoholabhängigen Partnerin](#)“
- Broschüre „[Alkohol und Medikamente beim Älterwerden](#)“
- Broschüre [Rückfall](#) (auch mit Informationen für Angehörige)

#### **Auskunft:**

Markus Meury  
Mediensprecher  
Sucht Schweiz  
Tel. 021 321 29 63

[mmeury@suchtschweiz.ch](mailto:mmeury@suchtschweiz.ch)

Diese Medienmitteilung finden Sie auch auf der Internetseite von Sucht Schweiz <http://www.suchtschweiz.ch/de/> sowie auf [www.aktionstag-alkoholprobleme.ch](http://www.aktionstag-alkoholprobleme.ch)





*(Foto: Sucht Schweiz)*



*Bei Stress, Angst oder Überforderung greifen manche Menschen zu Alkohol  
(Foto: fotolia-Béatrice Devènes)*

Nationaler  
**Aktionstag**  
**Alkoholprobleme**

«Dreimal täglich – wenn  
Alkohol zum Medikament wird»