

Alkoholismus: Schäden durch zu hohen Alkoholkonsum

(Quelle: Homepage www.forel-klinik.ch)

Alkoholabhängigkeit ist eine ernstzunehmende Krankheit, die zu Schädigungen in verschiedenen Bereichen führen kann.

Körperliche Schädigungen

Der Alkohol zirkuliert im ganzen Körper und kann alle Organe schädigen.

➔ Die folgenden Organe sind besonders betroffen:

- Leber: Leberzirrhose, Leberentzündung, Fettleber
- Magen: Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür
- Herz: Herzmuskelerkrankungen
- Bauchspeicheldrüse: Entzündungen der Bauchspeicheldrüse
- Gehirn: Gedächtnisstörungen (komplexes, logisches und abstraktes Denken und Handeln), Kleinhirnkrankheiten, Delirium tremens, Korsakow-Demenz

Andere körperliche Erscheinungen

- Entzugserscheinungen zeigen sich in Zittern, Übelkeit, Erbrechen, Schwitzen, Herzjagen, Bluthochdruck und grosser Angst
- Empfindungsstörungen an den Extremitäten können zu Gangstörungen führen
- Hormonstörungen mit sexuellen Schwierigkeiten

➔ Körperliche Schädigungen können bereits bei Risikotrinkerinnen auftreten.

Seelische Folgeschäden

- Selbstwertproblematik, Scham, Selbstverachtung
- Depression bis zu Selbstmordgedanken
- Erhöhte Aggressivität mit fehlender Impulskontrolle
- Allgemeine Wesensveränderung mit Gleichgültigkeit und seelische Abstumpfung

Soziale Folgeschäden

- Scheidung, Kontaktabbruch dadurch zunehmende Vereinsamung
- Finanzielle Schwierigkeiten (Schulden, Betreibungen)
- Verlust des Arbeitsplatzes
- Konflikte mit der Justiz (Fahren in angetrunkenem Zustand, Schlägereien, strafrechtliche Vergehen)

Viele der oben genannten Folgeschäden treten relativ spät im Krankheitsverlauf auf.

Ihr Fehlen ist deshalb leider keine Garantie, dass man nicht abhängig ist oder zumindest ein ernsthaftes Alkoholproblem hat!

Alkoholismus: Zahlen und Fakten

(Quelle: Homepage www.forel-klinik.ch)

➔ Nach Schätzungen gibt es in der Schweiz über **300'000 Personen**, die alkoholabhängig oder abhängigkeitsgefährdet sind.

➔ 3'500 Menschen **sterben** jedes Jahr an den Folgen von Alkohol. Dazu kommen über 100 Tote bei Verkehrsunfällen, die von Alkoholisierten verursacht werden.

➔ Zwei Drittel der jahrzehntelangen AlkoholikerInnen **sterben** an den Folgen des Alkohols.

➔ Durch missbräuchlichen Konsum von Alkohol entstehen enorme **wirtschaftliche Schäden**: Man rechnet mit 3 Milliarden Franken Folgekosten (die Kosten beinhalten Produktionsausfall infolge Krankheit, Unfall und Tod. Behandlungskosten und Behebung von Sachschäden.)

➔ Wenn man die Folgekosten nach dem **Verursacherprinzip** umlegen würde, müssten die effektiven Kosten der alkoholischen Getränke ein Mehrfaches des heutigen Preises betragen:

1 Flasche Schnaps	125.- Franken
1 Flasche billiger Rotwein	36.- Franken
1 Bier	7.- Franken

➔ In der Schweiz trinken ca. 12'000 **Kinder** täglich Alkohol in Form von alkoholischen Süssgetränken (so genannte Alkopops).

➔ 10% der 11- 16 jährigen trinken wöchentlich Bier.

➔ In der Schweiz werden jährlich ca. 15'000 **Verurteilungen** wegen Fahrens in angetrunkenen Zustand (FIAZ) gefällt.

➔ 50% der **nächtlichen Verkehrsunfälle** sind auf erhöhten Alkoholkonsum zurückzuführen.

Kinder aus alkoholbelasteten Familien

(Quelle: Zeitschrift 'Suchttherapie' 3/ Sept. 01)

Kinder von Alkoholikern sind die grösste Risikogruppe für die Entwicklung von Alkoholmissbrauch und –abhängigkeit. Diese Kinder haben im Vergleich zu Kindern nicht suchtkranker Eltern ein bis zu sechsfach höheres Risiko, selbst abhängig zu werden oder Alkohol zu missbrauchen. Mehr als 30% werden im Laufe ihres Lebens alkoholabhängig.

- ➔ Im Falle einer mütterlichen Alkoholdiagnose erhöht sich bei den Söhnen das Risiko um das 3 fache und bei den Töchtern um das 16 fache.
- ➔ Im Falle einer väterlichen Alkoholdiagnose haben die Söhne ein um das 2 fache, die Töchter ein um das 9 fach erhöhtes Risiko für Alkoholabhängigkeit.

Zu den **langfristigen Belastungen** für Kinder aus Suchtfamilien zählen:

- ➔ der Familienstress und die chronisch negative Familienatmosphäre:
 - erhöhtes Konfliktniveau (zwischen den Eltern und mit den Kindern)
 - geringe familiäre Stabilität
 - schlechte Berechenbarkeit und Vorhersagbarkeit familiärer Prozesse
- ➔ elterliche Trennung und Todesfälle

Es gibt eine Untergruppe innerhalb der Kinder alkoholabhängiger Eltern, die trotz grosser Belastungen psychisch gesund und belastbar bleiben. Für diese Kinder ergaben sich folgende individuelle **schützende Faktoren**:

- ➔ ein Temperament des Kindes, das positive Aufmerksamkeit hervorruft
- ➔ durchschnittliche Intelligenz und ausreichende Kommunikationsfähigkeit, auch im Schreiben
- ➔ stärkere allgemeine Leistungsorientierung
- ➔ eine verantwortliche, sorgende Einstellung
- ➔ positives Selbstwertgefühl
- ➔ Glaube an die Möglichkeit, sich selbst helfen zu können (positive Selbstwirksamkeitserwartung)

Geschlechtsspezifische Unterschiede im Hinblick auf das Erhalten der Abstinenz nach erfolgreich absolvierter Therapie

(Quelle: Zeitschrift 'abhängigkeiten' 2/ 2004)

Totalabstinenz in Abhängigkeit vom Zusammenleben mit Kindern und/ oder Partner:

Schutzfaktoren- für höhere Abstinenzrate

- ➔ MÄNNER in einer Partnerschaft
- ➔ FRAUEN die ohne Kinder leben
- ➔ MÄNNER die mit Kindern Zusammenleben
- ➔ MANN sein

Risikofaktoren- für tiefere Abstinenzrate

- ➔ FRAUEN die mit Kindern Zusammenleben
- ➔ FRAUEN die einer Erwerbstätigkeit nachgehen und mit Kindern zusammenleben
- ➔ FRAU sein

Neuropsychologische Erkenntnisse in der Behandlung von Alkoholabhängigen

(Quelle Homepage www.forel-klinik.ch)



Die Neuropsychologie beschreibt die Verbindung zwischen dem Gehirn und den psychologischen Funktionen (z.B. Verhalten, Wahrnehmung, Motivation, Informationsverarbeitung, Aktivität, Emotionen).

➔ 50-75% aller Alkoholabhängigen weisen eine Atrophie (eine Verkleinerung) des Gehirns auf.

Bei Alkoholabhängigen festgestellte neuropsychologische Beeinträchtigungen

45% keine neuropsychologischen Beeinträchtigungen

35% milde neuropsychologischen Beeinträchtigungen

10% schwere neuropsychologischen Beeinträchtigungen: Demenz, Korsakoff Syndrom (führt bis zum Verlust des Kurzzeitgedächtnisses)

10% **überdauernde** neuropsychologische Beeinträchtigungen.

Hirnleistungsdefizite (=kognitive Beeinträchtigungen) in folgenden Bereichen:

- Aufmerksamkeit
- Konzentration
- Lernen und Gedächtnis
- Abstraktion, Problemlösen
- Raumverarbeitung
- Informationsverarbeitung verlangsamt
- motorisch verlangsamt

Beobachtungen

- ➔ Alkoholiker mit diesen Einschränkungen haben schlechtere Prognosen und mehr Mühe sich in die Therapie zu integrieren.
- ➔ Frauen zeigen die Hirnleistungsdefizite nach einer viel kürzeren Trinkzeit und einer geringeren Trinkmenge als Männer.
- ➔ Erholung ist möglich, jedoch abhängig von Alter, Geschlecht und der Abstinenzdauer.

Bei Alkoholabhängigen ist speziell das Frontalhirn beeinträchtigt

(Quelle Homepage www.forel-klinik.ch)



Wie sich die Einschränkungen äussern:

1. Ausführende Funktion (= Exekutive Funktion)

Leistungsbereiche	Schwierigkeiten bei Alkoholabhängigen, z.B.
Zukunftsgedächtnis	↻ - das Beibehalten vom Plan, was ich mir für die Zukunft vornehme fällt schwer
Handlungsplanung und -steuerung	↻ - die einzelnen Schritte in der Handlungsabfolge können kaum vorhergesehen werden
Erkennen und Verstehen von Konzepten	↻ - das Erkennen und Verstehen von Konzepten bereitet Mühe
Kognitive Flexibilität	↻ - Tendenz zur Überforderung, zum Davonlaufen, zur 'Sturheit'. Einnahme der Perspektive einer andern Person fällt schwer
Selbstwahrnehmung	↻ - Das eigenen Handeln kann nicht situationsadäquat überprüft werden, z.B. abschweifen in Gesprächen

2. Persönlichkeit / Enthemmung

Leistungsbereiche	Schwierigkeiten bei Alkoholabhängigen, z.B.
Verhaltenshemmung oder -unterdrückung	↻ - automatische Handlungsabläufe: immer wieder im gleichen Schema rückfällig
Enthemmung	↻ - fehlende adäquate Einschätzung von Situationen: z.B. wird die gesamte Lebensgeschichte unmittelbar erzählt - Kontrolle der emotionalen Reaktionen
geringe Frustrationstoleranz	↻ - erhöhte Kränkbarkeit
Gleichgültigkeit	↻ - keine Verbindung zu Emotionen, es ist egal was passiert bezüglich Schulden, Job etc. - Krankheitseinsicht

3. Innerer Antrieb / Apathie

	Schwierigkeiten bei Alkoholabhängigen, z.B.
	↻ - antriebslos, apathisch
	↻ - Mangel an Ideen und Vorstellungen
	↻ - geringe Motivation für Veränderung