



<https://biz.li/2zm5>

ALKOHOLKONSUM: RITUAL, SEELENTRÖSTER ODER SCHON ABHÄNGIGKEIT?

Veröffentlicht am 15.04.2021 um 16:47 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

In einer scheinbar endlos währenden Pandemie mit all ihren Beschränkungen und Unwägbarkeiten greifen immer mehr Menschen aufgrund existenzieller Ängste, Vereinsamung und Langeweile zum Alkohol. "Wenn Alkohol bewusst zur Stressbewältigung genutzt wird, kann sich rasch eine riskante Gewohnheit entwickeln, die über die Zeit in einer Abhängigkeitsentwicklung mündet. Das kann auch bislang im Umgang mit Suchtmitteln unbelastete Menschen treffen", erläutert Dr. Claudia Wenzel, Leitende Ärztin der Psychiatrisch-Psychosomatischen Klinik Celle, Klinikum Warendorff GmbH. Wenngleich Absatz und Pro-Kopf-Verbrauch alkoholischer Getränke 2020 insgesamt deutlich gesunken sind, da das gesellige Trinken in der Gastronomie, auf Festen oder Veranstaltungen anhaltend nicht möglich ist, hat gemäß Global Drug Survey der Alkoholkonsum während der Pandemie weltweit signifikant zugenommen und sich damit ins private Umfeld verlagert. Die Ergebnisse der internationalen Erhebung an mehr als 58.000 Menschen, von denen deutlich mehr als 1/3 der Befragten einen häufigeren Alkoholkonsum seit Pandemiebeginn und höhere Trinkmengen angaben, decken sich auch mit den Ergebnissen verschiedener nationaler repräsentativer Erhebungen. Dabei werden auch besorgniserregende Trends offenkundig - so fand eine erst kürzlich veröffentlichte forsa Umfrage insbesondere bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen einen seit Pandemiebeginn deutlich vermehrten Alkohol- und Tabakkonsum, entgegen dem Trend der Vorjahre in dieser Altersgruppe. In zahlreichen Publikationen wurden in den letzten Monaten die Auswirkungen der Pandemie auf das seelische Befinden gesunder wie auch psychisch vorerkrankter Menschen umfassend erläutert. "Wir dürfen aber nicht müde werden, auf die Gefahren für die seelische Gesundheit hinzuweisen", so Dr. Wenzel. "Immer mehr Menschen versuchen offenbar, ihre Sorgen und Ängste, aber auch Langeweile oder Einsamkeit mittels Alkoholkonsum zu kompensieren. Durch Isolation und Home Office entfällt die soziale Kontrolle - ‚Allein-Trinken‘ scheint eher akzeptabel als vor der Pandemie, ein Konsum am Vormittag fällt ebenso wenig auf wie eine Alkoholfahne; der Konsum wird mitunter rasch zur entlastenden Gewohnheit", fasst die Ärztin zusammen. Verstärkend kommt hinzu, dass "gesündere" Strategien zur Regulation von Stress und negativem Befinden wie sportliche Aktivitäten (insbesondere in der Gruppe), Treffen mit Freunden oder kulturelle Angebote seit langem nicht verfügbar sind. Neben Ängsten vor einer Infektion können auch berufliche, ökonomische und familiäre Auswirkungen der Pandemie die eigene psychosoziale Belastung jedes Menschen deutlich erhöhen. Zudem ist davon auszugehen, dass psychische Erkrankungen wie Angsterkrankungen und Depressionen in Zeiten sozialer Distanz und Isolation zunehmen. "Viele unserer Patienten sind nicht ausschließlich durch eine einzige Erkrankung belastet", so Dr. Wenzel, "ein mindestens problematischer Alkoholkonsum und eine depressive Symptomatik bedingen häufig einander". Auch Menschen mit einer bereits gesicherten Abhängigkeitserkrankung sind unter den Gegebenheiten der Pandemie verstärkt rückfallgefährdet. Generell konsumieren Suchtkranke ihr Suchtmittel häufig aus konkreten persönlichen Motiven, dabei wird die Reduktion unangenehmer Gefühlszustände, wie zum Beispiel Ängste, Überforderung, Einsamkeit oder Langeweile mit am häufigsten angegeben. Somit bergen die typischen Folgeprobleme der



Dr. Claudia Wenzel, Leitende Ärztin der Psychiatrisch-Psychosomatischen Klinik Celle: "Eine frühzeitige Inanspruchnahme professioneller Hilfsangebote ist gerade für in psychiatrisch-psychosomatischen Kliniken". Celle/Martin Nelius

Die Ergebnisse der internationalen Erhebung an mehr als 58.000 Menschen, von denen deutlich mehr als 1/3 der Befragten einen häufigeren Alkoholkonsum seit Pandemiebeginn und höhere Trinkmengen angaben, decken sich auch mit den Ergebnissen verschiedener nationaler repräsentativer Erhebungen. Dabei werden auch besorgniserregende Trends offenkundig - so fand eine erst kürzlich veröffentlichte forsa Umfrage insbesondere bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen einen seit Pandemiebeginn deutlich vermehrten Alkohol- und Tabakkonsum, entgegen dem Trend der Vorjahre in dieser Altersgruppe. In zahlreichen Publikationen wurden in den letzten Monaten die Auswirkungen der Pandemie auf das seelische Befinden gesunder wie auch psychisch vorerkrankter Menschen umfassend erläutert. "Wir dürfen aber nicht müde werden, auf die Gefahren für die seelische Gesundheit hinzuweisen", so Dr. Wenzel. "Immer mehr Menschen versuchen offenbar, ihre Sorgen und Ängste, aber auch Langeweile oder Einsamkeit mittels Alkoholkonsum zu kompensieren. Durch Isolation und Home Office entfällt die soziale Kontrolle - ‚Allein-Trinken‘ scheint eher akzeptabel als vor der Pandemie, ein Konsum am Vormittag fällt ebenso wenig auf wie eine Alkoholfahne; der Konsum wird mitunter rasch zur entlastenden Gewohnheit", fasst die Ärztin zusammen. Verstärkend kommt hinzu, dass "gesündere" Strategien zur Regulation von Stress und negativem Befinden wie sportliche Aktivitäten (insbesondere in der Gruppe), Treffen mit Freunden oder kulturelle Angebote seit langem nicht verfügbar sind. Neben Ängsten vor einer Infektion können auch berufliche, ökonomische und familiäre Auswirkungen der Pandemie die eigene psychosoziale Belastung jedes Menschen deutlich erhöhen. Zudem ist davon auszugehen, dass psychische Erkrankungen wie Angsterkrankungen und Depressionen in Zeiten sozialer Distanz und Isolation zunehmen. "Viele unserer Patienten sind nicht ausschließlich durch eine einzige Erkrankung belastet", so Dr. Wenzel, "ein mindestens problematischer Alkoholkonsum und eine depressive Symptomatik bedingen häufig einander". Auch Menschen mit einer bereits gesicherten Abhängigkeitserkrankung sind unter den Gegebenheiten der Pandemie verstärkt rückfallgefährdet. Generell konsumieren Suchtkranke ihr Suchtmittel häufig aus konkreten persönlichen Motiven, dabei wird die Reduktion unangenehmer Gefühlszustände, wie zum Beispiel Ängste, Überforderung, Einsamkeit oder Langeweile mit am häufigsten angegeben. Somit bergen die typischen Folgeprobleme der

Corona-Pandemie erhebliche Risiken, die zu einem Rückfall in den Konsum führen können. Hinzu kommt die Tatsache, dass aufgrund der behördlichen Beschränkungen viele ambulante Hilfsangebote (zum Beispiel Selbsthilfegruppen) über längere Zeit nicht oder nur eingeschränkt verfügbar waren beziehungsweise sind. In der Behandlung suchtkranker Menschen sind neben einer festen Tagesstruktur diese Nachsorgeangebote aber wesentlich, um dauerhaft abstinent zu bleiben. "Viele unserer Patienten schildern, dass u.a. auch das Pausieren ihrer Selbsthilfegruppe und damit verbundener sozialer Kontakte mit zu einem Rückfall beigetragen haben", beschreibt Dr. Wenzel die Situation. "Auch die sich regelmäßig in unserer Klinik präsentierenden Selbsthilfegruppen konnten wir aufgrund der pandemiebedingten Vorgaben seit längerer Zeit nicht empfangen". "Ein frühzeitiges Handeln ist aber auch in Pandemiezeiten von wesentlicher Bedeutung. Wer bei sich selbst oder Angehörigen eine nachhaltige Veränderung des Alkoholkonsumverhaltens feststellt, sollte professionelle Hilfe suchen. Der Hausarzt kann dabei ebenso der erste Ansprechpartner sein wie die Mitarbeiter einer Suchtberatungsstelle vor Ort, die sehr niedrigschwellige Beratungsangebote vorhalten." Auch die Psychiatrisch-Psychosomatische Klinik Celle bietet verschiedene Beratungs- und Behandlungsangebote, um auf schnellem Wege die individuell notwendige Therapie einzuleiten. Neben dem Angebot einer stationären körperlichen Entgiftung von Alkohol bietet die Klinik auf einer hierfür spezialisierten Station die sogenannte qualifizierte Entzugsbehandlung für legale Suchtmittel (Alkohol, Medikamente) an, welche ein spezifisches Therapieprogramm beinhaltet, um die einmal erreichte Abstinenz bestmöglich zu stabilisieren. Außerdem werden im Behandlungskonzept der Station gezielt Therapiebausteine aus der Depressionsbehandlung mit solchen aus der Suchttherapie kombiniert. "Indem auf alle Facetten des individuellen Krankheitsbildes therapeutisch eingegangen wird, ist häufig erst ein nachhaltiger Behandlungserfolg möglich", ermutigt Dr. Wenzel dazu, sich Hilfe zu suchen. Umfassende Hygieneregeln schützen Patienten und Mitarbeitende, so dass das stationäre Behandlungsprogramm auch unter Pandemiebedingungen vollumfänglich angeboten werden kann. Anfragen für eine stationäre Behandlung können zentral über die Telefonnummer 05141/59354150 gestellt werden. Mehr Informationen gibt es unter www.klinikum-celle.de.