Suchtmittel, Behandlungs-möglichkeiten, Beratungs-stellen.

Sucht bedeutet nicht nur „Drogenabhängigkeit". Sucht kann viele Formen und Auswirkungen haben. Wer die Gefahren von Sucht und Suchtmitteln richtig einschätzen will, muss gut informiert sein. Und er muss wissen, wo man Hilfe und Beratung findet, wenn es tatsächlich Suchtmittelmissbrauch in der Familie gibt.

Hinweis:

Diese Broschüre ist Teil einer dreiteiligen Broschürenreihe. Sollte Ihnen nur dieser eine Teil vorliegen, können Sie die jeweils fehlenden Exemplare unter einer der u. a. Bestell-Nummern anfordern.

Elternbroschüre zur Suchtprävention 1:
Bestell-Nr. 33711000

Elternbroschüre zur Suchtprävention 2:
Bestell-Nr. 33712000

Elternbroschüre zur Suchtprävention 3:
Bestell-Nr. 33713000

Die Gesamtreihe erhalten Sie unter der Bestell-Nr. 33710000

per Post
BZgA
51101 Köln

per Telefax
02 21/89 92-257

per E-Mail
order@bzga.de

oder auch über das Online-Bestellsystem unter www.bzga.de

Nutzen Sie unsere weiteren Informationen, die Sie kostenlos bekommen:

„Raucht mein Kind?"
Ein Ratgeber für Eltern
Bestell-Nr. 31604000

„Alkohol – reden wir drüber"
Ein Ratgeber für Eltern
Bestell-Nr. 32101900

Eine Übersicht über das aktuelle Material-angebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erhalten Sie durch die Broschüre/Bestellliste „Materialien zur Suchtprävention".
Bestell-Nr. 33110100

Informationen für Jugendliche im Internet:
www.drugcom.de

Info-Telefon zur Suchtvorbeugung:
02 21-89 20 31 *

Montag bis Donnerstag von 10 bis 22 Uhr
und Freitag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr

*** Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters für Gespräche in das Kölner Ortsnetz.**

Sucht & Drogen Hotline:
0 18 05-31 30 31 *

Montag bis Sonntag von 0.00 bis 24.00 Uhr

* 0,14 €/min. a.d. Festnetz, andere Mobilfunkpreise möglich. (Dieser Dienst wird unterstützt von NEXT ID)

kinder stark machen
BZgA

BZgA
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Impressum:

Eine Broschürenreihe der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit

Diese Broschüre wird von der BZgA kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Alle Rechte vorbehalten.

Konzept, Text und Gestaltung:
Projekt-PR Gesellschaft für Öffentlichkeits-arbeit mbH, Bonn/C. Padberg

Fotos: Buss & Ehricke; Donka Müller (Titel); Eric Bach Superbild (S. 9)

Illustrationen: C. Padberg

Druck: Rasch, Bramsche

15.50.05.09

. . . und raus bist du!

Wer im „Mensch ärgere dich nicht" rausgeworfen wird, hat eine Chance, wieder ins Spiel zu kommen. Mit einer 6 ist er wieder drin. Im „Spiel des Lebens" werden viele Menschen durch die unterschiedlichsten Ereignisse mitunter „rausgeworfen". Sucht kann ein solches Ereignis sein. Aber auch süchtige Menschen haben eine Chance, wieder „reinzukommen". Durch Hilfe und Zuwendung anderer und durch die eigene Entscheidung, sich vom Suchtmittel zu lösen, können sie es schaffen.

Was wäre, wenn mein eigenes Kind abhängig wäre?

Dann fällt es besonders schwer, ruhig zu bleiben und zu überlegen, was nun zu tun ist. Sucht ist aber keine „Endstation". Ein harter, langer Weg liegt vor den Beteiligten, aber sie sind nicht allein: Viele Menschen bieten Angehörigen, Eltern und den Betroffenen selbst Rat und Hilfe an.

Auch wenn es schwer fällt, bei anderen, fremden Menschen Rat und Unterstützung zu suchen:

Je früher Eltern den Kontakt zu einer Elterninitiative, Beratungsstelle oder Selbsthilfegruppe aufnehmen, desto größer ist die Aussicht, dass der Suchtkreislauf unterbrochen werden kann. In jedem Fall ist es hilfreich, sich zunächst gründlich zu informieren. Wer informiert ist, wird als Gesprächspartner von den eigenen Kindern eher ernst genommen. Gerade Jugendliche wissen oft mehr über Sucht und Drogen als Eltern glauben.

Wirkungsweise legaler und illegaler Drogen

Warum einige Menschen zu diesem, andere zu jenem Suchtmittel greifen, ist letztlich noch nicht völlig geklärt. Wesentlich scheint allerdings die durch die Droge erhoffte Stimmungsänderung zu sein, die mit der Einnahme hervorgerufen wird.

Manche Drogen (z. B. Opiate) erzeugen Euphorie und Glücksgefühle. Andere beruhigen, dämpfen die Wahrnehmungs- und Erlebnisfähigkeit (z. B. Alkohol, Barbiturate, Tranquilizer).

Wiederum andere aktivieren, putschen auf, steigern die Erregung (z. B. Amphetamine, Kokain).

Eine weitere Gruppe verändert das Denken und die Sinneswahrnehmung (z. B. LSD, Haschisch).

Die Drogenwirkung hängt aber nicht allein vom jeweiligen Stoff ab. Die Dauer und Art der Einnahme, die Dosis, aber auch aktuelle Stimmungen und Gefühlslagen nehmen Einfluss auf die jeweilige Wirkung.

Weiterhin gilt, dass nicht alle Suchtmittel körperliche und psychische Abhängigkeit gleichermaßen erzeugen. Eine Droge, die „nur" psychisch abhängig macht (wie z. B. Kokain), ist deshalb nicht harmlos. Gerade die Behandlung der psychischen Abhängigkeit ist wesentlich schwieriger und erfordert viel Zeit. Die körperliche Abhängigkeit ist in den meisten Fällen schon in wenigen Wochen nach Behandlungsbeginn überwunden.

Körperliche und psychische Abhängigkeit

Körperliche Abhängigkeit entsteht durch die Gewöhnung des Organismus an das Suchtmittel. Mit der Zeit „verträgt" der Körper immer mehr des jeweiligen Suchtmittels. Um die gleiche Wirkung zu erzielen, muss der Abhängige die Dosis dann steigern. Der Körper kann durch fortgesetzten Suchtmittelmissbrauch immer höhere, sogar unter „normalen" Umständen tödlich wirkende Mengen verarbeiten (sogenannte Toleranzentwicklung).

Beim Absetzen des Suchtmittels treten körperliche Entzugserscheinungen auf, die sich z. B. in Schmerzzuständen am ganzen Körper, Durchfall, Übelkeit, Erbrechen und Schwindelanfällen äußern; oder es kommt zu sogenannten vegetativen Erscheinungen wie Zittern, Frieren, Schweißausbrüchen. Lebensbedrohliche Zustände können im Einzelfall auftreten – besonders dann, wenn der Süchtige gleich von mehreren Stoffen abhängig ist (sogenannte Polytoxikomanie). Ein erfolgreicher Entzug ist deshalb fast nur durch einen stationären Klinikaufenthalt möglich.

Nach der „Entgiftung" baut sich die Gewöhnung des Körpers an die hohe Zufuhr des Suchtmittels wieder ab. Bei einem Rückfall besteht das Risiko einer tödlichen Überdosierung, da die Verträglichkeit gegenüber dem Rauschgift erheblich herabgesetzt ist.

Als psychische Abhängigkeit von Suchtmitteln (z. B. Alkohol) wird das zwanghafte Verlangen beschrieben, das Mittel ständig und wiederholt einzunehmen. Diese Abhängigkeit ist das Ergebnis eines langfristigen „Lernprozesses", an dessen Ende der Abhängige den Stoff so in sein Leben eingebaut hat, dass er ihn wie eine „Lebenskrücke" braucht.

Er dient dazu, das seelische Gleichgewicht zu halten, Unlustgefühle, Schmerzen und emotionale Belastung zu vermeiden bzw. sich über den Gebrauch der Droge Wohlbefinden zu verschaffen. Andere Verhaltensweisen, die normalerweise dazu beitragen können, Belastungen zu bewältigen oder Wohlbefinden zu erzeugen, werden erst gar nicht entwickelt. Deshalb sind Vorbeugungsmaßnahmen, die dazu beitragen, dass Kinder diese Fähigkeiten entwickeln, besonders wichtig.

Nichtstoffgebundene Süchte

Gerade auch nichtstoffgebundene Süchte sind solche „Krücken". Hier greift keine „Droge" in den Stoffwechsel ein, sondern es liegen psychische Abhängigkeiten vor, die sich in einer Reihe süchtiger Verhaltensstörungen ausdrücken. Sie entwickeln sich zum Teil aus alltäglichen und harmlosen Verhaltensweisen. Die sozialen, psychischen und ökonomischen Folgen können dennoch gravierend sein.

„Ess-Süchtige" lassen ihr Essverhalten nicht mehr durch das normale Gefühl von Hunger und Sättigung steuern. Sie müssen essen, um sich zu beruhigen oder zu trösten, und können sich dadurch körperlich, z. B. durch extremes Übergewicht, schädigen.

„Magersüchtige" verweigern die Nahrung und verfolgen ihr Ziel, immer schlanker zu werden, mit unerbittlicher Härte gegen sich – bis zu lebensbedrohlichem Untergewicht. Jeder zweite Magersüchtige kennt auch Anfälle von Ess- und Brechsucht. Im Zusammenhang mit solchen Ess-Störungen treten auch stoffgebundene Suchtformen auf: z. B. die Abhängigkeit von Appetitzüglern oder Abführmitteln. Gerade Abführmittel führen auch zu einer körperlichen Abhängigkeit. Nach einer gewissen Dauer der Einnahme stellt der Körper die normale Darmtätigkeit ein. Ein mitunter langwieriger Entwöhnungsprozess ist notwendig.

„Spielsüchtige" nehmen jede Gelegenheit zum Spielen in Spielbanken und Spielhallen wahr. Nicht selten ruinieren sie sich dadurch finanziell. Der Zwang, Geld zum Spielen zu beschaffen, bedingt die Gefahr krimineller Handlungen.

Auch andere Verhaltensweisen wie arbeiten, kaufen, putzen, fernsehen und Musik hören können zum Selbstzweck werden und sich zur „Sucht" entwickeln.

Anwendung, Wirkung, Abhängigkeit

Legale und illegale Suchtmittel

Illegale Suchtmittel sind Stoffe, deren Besitz, Vertrieb, Anbau oder Handel nach dem Betäubungsmittelgesetz verboten ist und strafrechtlich verfolgt wird. Nach den Strafbestimmungen dieses Gesetzes muss jemand, der Betäubungsmittel, wie z. B. Cannabis (Haschisch, Marihuana), LSD, Heroin oder Kokain, ohne Erlaubnis besitzt oder mit ihnen Handel betreibt, mit beträchtlichen Geldstrafen und in schweren Fällen mit einer Freiheitsstrafe rechnen.

In der öffentlichen Diskussion stehen diese Suchtmittel im Mittelpunkt. In ihrem individuellen und gesellschaftlichen Schaden sind legale Suchtmittel wie Alkohol, Nikotin oder auch Medikamente von gleicher oder größerer Bedeutung.

Immer wieder wollen Eltern, Lehrer oder andere Menschen, die Verantwortung für Kinder oder Jugendliche tragen, wissen, ob und wie sie erkennen, dass ein Kind Suchtmittel gebraucht. Oder sie sind beunruhigt, weil sie aus den Medien oder von Bekannten über die verheerenden Wirkungen oder Schädigungen durch einzelne Rauschgifte gehört haben.

Wie wirken Suchtmittel?

Über die Wirkung von Suchtmitteln gibt es eine Vielzahl von Fachbüchern und Nachschlagewerken. Im Folgenden werden die Merkmale der wichtigsten Suchtmittel stichpunktartig aufgeführt. Wer weitergehende Informationen wünscht oder etwas über andere, hier nicht aufgeführte Suchtmittel wissen möchte, kann sich entsprechende Nachschlagewerke in Büchereien ausleihen, oder in einer Suchtberatungsstelle nachfragen.
Es besteht oftmals ein großer Unterschied in der Wirkung von Suchtmitteln, wenn jemand den entsprechenden Stoff einmalig, ab und zu mit größeren Abständen oder ständig und häufig einnimmt. Außerdem gibt es eine subjektive und eine objektive Wirkung. Die subjektive Wirkung, z. B. die Veränderung der Wahrnehmung oder von Gefühlen bei Cannabis, erfährt nur derjenige, der die Droge genommen hat, sie ist für Dritte nicht unbedingt erkennbar und nachvollziehbar. Die objektive Wirkung ist hingegen nachzuweisen, von außen zu erkennen, z. B. wenn Menschen nach Alkoholkonsum lallen oder torkeln.

Schädigung durch Suchtmittel: körperliche, psychische, soziale

Auch die jeweilige Schädigung durch ein Suchtmittel hängt von verschiedenen Faktoren ab: die Art der Einnahme und die Dauer sind ebenso wichtig wie die persönlichen und körperlichen Voraussetzungen des Süchtigen und sein soziales Umfeld. Bei den verschiedenen Suchtmitteln gibt es körperlich-medizinische, psychische und soziale Schädigungen.

Alkohol (legal)

Alkoholische Getränke mit unterschiedlichem Alkoholgehalt

Art der Einnahme/Anwendung:
Trinken
Hinweise auf Missbrauch:
Regelmäßiges Trinken großer Mengen alkoholischer Getränke, häufige „Alkoholfahne", Konsum alkoholischer Getränke schon am Morgen.
Wirkung:
Hebt die Stimmung, wirkt entspannend, steigert das Selbstwertgefühl; heitere Stimmung oder gereiztes und aggressives Auftreten; Verlust der Kontroll- und Steuerungsfähigkeit (z. B. „Torkeln", „Lallen"); Nachlassen der Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit (z. B. Fahruntüchtigkeit im Straßenverkehr).
Risiken:
Es kann körperliche und psychische Abhängigkeit entstehen; akute Gefahren: Alkoholvergiftung bei Überdosis (bei Kindern reichen schon relativ kleine Mengen hochprozentigen Alkohols); Langzeitfolgen: Schädigung innerer Organe (z. B. Leber), der Gehirnfunktion und des Nervensystems, Persönlichkeitsveränderungen, im fortgeschrittenen Stadium auch Wahnvorstellungen und Delirien.
Jeder Rausch zerstört Millionen von Gehirnzellen. Bei dauerhaftem Alkoholismus kommt es zum Absterben ganzer Hirnregionen (Korsakow-Syndrom). Charakteristisch sind drei Symptome:

1. Gedächtnisverluste
   Sowohl das Altzeitgedächtnis als auch das Kurzzeitgedächtnis sind betroffen. Patienten können sich keine neuen Informationen mehr merken, sie vergessen alles
2. Desorientiertheit und
3. Konfabulation:
   Verloren gegangene Erinnerungen werden durch frei assoziierte und erfundene sprachliche Produktion ersetzt.

Cannabis (illegal)

Die indische Hanfpflanze (Cannabis) liefert die Grundstoffe für Haschisch und Marihuana. Aus dem Harz wird Haschisch (auch „Shit" genannt), aus den zerkleinerten getrockneten Blüten und Blättern wird Marihuana (oder Gras) hergestellt. Nur die weibliche Form der Pflanze „cannabis satira" enthält genug Wirksubstanz (THC = Tetrahydrocannabinol), um einen Rausch zu erzeugen.

Art der Einnahme/Anwendung:
Rauchen vermischt mit Tabak, Trinken im Tee, Essen mit Speisen.
Hinweise auf Missbrauch:
Heuähnlich riechende gepresste Platten, in Silberfolie eingewickelte erdähnliche Haschischbrocken.
Wirkung:
Abhängig von der Grundstimmung des Konsumenten, verstärkt euphorische wie auch depressive Grundstimmungen; Veränderung der Denk- und Sinneswahrnehmungen, Entspannung, Bewusstseinserweiterung, verändertes Zeit- und Raumgefühl; Antriebsverlust und Ruhelosigkeit.
Risiken:
Bei längerem Gebrauch kann psychische und physische Abhängigkeit eintreten, ebenso Depressionen, Nachlassen der Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit; erhöhtes Krebsrisiko durch Ver-mischung von Tabak in sog. Joints (= selbstgedrehte Zigaretten, in die sowohl Gras als auch Haschisch eingedreht werden); zahlreiche Inhaltsstoffe mit ungeklärter Wirkung.

Crack (illegal)

Crack ist mit weiteren Zusatzstoffen zu Klümpchen verbackenes Kokain.

Art der Einnahme/Anwendung:
Rauchen
Hinweise auf Missbrauch:
„Crack"-Pfeifen, gläserne Röhrchen und Behälter
Wirkung:
Stark euphorisierend, schlagartiger Rauscheintritt, ähnlich Kokain.
Risiken:
Wegen des extremen Abfalls von Euphorie in Depression schnell eintretende körperliche und psychische Abhängigkeit, damit verbunden erhebliche Dosissteigerungen; akute Gefahren: häufiger auftretende Herz-Kreislauf-Reaktionen (Atemlähmung/Herzschwäche) aufgrund des schnellen und heftigen Wirkungseintritts; Langzeitfolgen: quälende Schlafstörungen, körperliche Auszehrung aufgrund von Appetitmangel; Lungenschäden (Cracklunge); depressive oder wahnhafte Psychosen; Gefahr von sozialer Verwahrlosung, Beschaffungskriminalität, Prostitution.

Designerdrogen (legal/illegal)

Verarbeitung/Verbindung verschiedener chemischer Grundstoffe zu neuen Stoffen, die die Wirkung verschiedener Drogen nachahmen (Beispiel Ecstasy). Es werden u. a. deshalb immer neue Verbindungen hergestellt, weil damit das Betäubungsmittelgesetz umgangen werden kann: Solange eine neue Designerdroge nicht in dieses Gesetz aufgenommen wurde, gilt sie nicht als illegal.

Art der Einnahme/Anwendung:
Schlucken
Hinweise auf Missbrauch:
Tabletten, Kapseln, Pulver
Wirkung:
Je nach chemischer Zusammensetzung sehr unterschiedliche, aufputschende Wirkung, Halluzinationen; oft ähnlich der Wirkung von Halluzinogenen.
Risiken:
Gefahr psychischer Abhängigkeit, je nach Grundstoff auch körperliche Abhängigkeit; ungewisse und unkontrollierte Zusammensetzung beinhaltet verschiedene Risiken: Dauer und Intensität des Rausches, Nebenwirkungen sind nicht abschätzbar.

Halluzinogene (illegal)

Unter der Bezeichnung Halluzinogene werden sehr unterschiedliche psychoaktive Substanzen zusammengefasst, die sich aber in der Wirkung ähnlich sind. Zu den „klassischen" Halluzinogenen zählt man LSD, Zauberpilze und Meskalin. Daneben gibt es noch eine Reihe anderer Pflanzen, wie Fliegenpilze und Nachtschattengewächse sowie synthetische Substanzen wie PCP („Angel Dust") oder Ketamin, die in bestimmten Dosen halluzinogene Effekte erzeugen.

Art der Einnahme/Anwendung:
Schlucken (in Flüssigkeit gelöst oder auf Tabletten, Zuckerstückchen, Löschpapier oder Filzstücke getropft)
Hinweise auf Missbrauch:
Sehr kleine Tabletten, kleine mit halluzinogenen Stoffen getränkte Filzpapierstücke.
Wirkung:
Intensivierung von positiven wie auch negativen Gefühlen; starke Halluzinationen, Wahrnehmungsverschiebungen („Ich sehe Töne"), Veränderung des Bewusstseins, gesteigerte Einbildungskraft bis hin zu Angst- und Horrorvorstellungen.
Risiken:
Psychische Abhängigkeit; unter Umständen können Psychosen zum Ausbruch kommen. Umstritten ist die Gefahr eines „Flash-backs". Die Wissenschaft konnte Flash-backs im

Süchtige brauchen qualifizierte Hilfe

Eltern, die den Verdacht haben bzw. wissen, dass ihr Kind Suchtmittel nimmt oder süchtig ist, sollten möglichst schnell Kontakt zu einer Beratungsstelle aufnehmen. Nur so können sie sicher herausfinden, ob ihr Verdacht begründet ist. Bewahrheitet er sich, sollten Eltern auf keinen Fall versuchen, dem Jugendlichen die Drogen auf eigene Faust „abzugewöhnen". Ein solcher Versuch scheitert fast immer.

Jetzt kommt es darauf an, dass Eltern Brücken bauen und ihren Kindern Wege zeigen, wie der erste Schritt aus der Abhängigkeit getan werden kann. Eine große Hürde ist hier oft, dass der Abhängige die Sucht vor sich und anderen leugnet. Solange diese Abwehr nicht überwunden wird, sind keine Aussichten auf eine erfolgreiche Behandlung gegeben.

Eltern bleibt nur die Möglichkeit, abzuwarten und diese Phase nicht durch eigenes Zutun zu verlängern.

Hilfe durch Nicht-Hilfe

Eine wichtige Regel heißt hier: Hilfe durch Nicht-Hilfe. Sie bedeutet z. B., dem Kind nicht das Leid und die Schwierigkeiten zu ersparen, die mit einer drogenorientierten Lebensweise verbunden sind. Liebe und Zuwendung dürfen jetzt nicht bedingungslos sein. Statt „Wir sind immer für dich da" muss es jetzt heißen „Wir sind für dich da, wenn du dich von deiner Sucht befreien willst". Von den Eltern erfordert das viel Kraft und Mut, denn nicht immer wird der Abhängige dieses Angebot sofort annehmen. Eltern sollten sich deshalb emotionale Unterstützung und fachliche Beratung bei Helfern oder betroffenen Eltern holen, die Erfahrungen mit Suchtkranken haben. Suchtberatungsstellen, Elternkreise und Selbsthilfegruppen sind kompetente Ansprechpartner.

Mit dem Schritt in die Beratung hat der Suchtkranke gute Chancen zu lernen, ohne Suchtmittel zu leben. Jahrelange Gewöhnung an das Suchtmittel und die dadurch entwickelten Verhaltensmuster lassen sich allerdings nicht von heute auf morgen beseitigen. Rückfälle oder Therapieabbrüche sind nicht selten, oft gelingt der Ausstieg erst im zweiten oder dritten Anlauf.

Voraussetzungen und Verlauf einer Behandlung

Ein Süchtiger muss aus eigener Überzeugung in die Therapie gehen. Dann ist die Aussicht auf Erfolg am größten. Es hilft wenig, wenn er die Behandlung nur deshalb beginnt, weil andere ihn dazu drängen.
In der Regel besteht aber am Anfang noch eine unstabile Motivation, die erst mit fortschreitender Therapie gefestigt werden kann. Auf jeder Stufe der Behandlung wird der

süchtige Mensch schrittweise darauf vorbereitet, wieder Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Die Beratung und die Vermittlung in den Beratungsstellen sind kostenfrei. Für die Entgiftung und die Entwöhnungsbehandlung muss allerdings eine Übernahme der Behandlungskosten durch den zuständigen Träger (Kranken- oder Rentenversicherung, Sozialamt) gewährleistet sein.

Suchtberatungsstellen klären alle Fragen dieser Art und bieten Unterstützung, so dass der Suchtkranke auf jeden Fall mit der Behandlung beginnen kann. Die Beratungsstelle hilft auch dabei, die Therapieeinrichtung auszuwählen.

Entgiftung

Die Entgiftung erfolgt in der Regel stationär unter ärztlicher Aufsicht. Dem Suchtkranken werden alle Suchtmittel entzogen. Es setzen

mehr oder weniger heftige Entzugserscheinungen ein, die mit teilweise starken körperlichen und seelischen Missempfindungen verbunden sind. Sie dauern so lange, bis der Körper sich auf ein „Funktionieren" ohne Suchtmittel eingestellt hat, in der Regel nur wenige Wochen.

Bei stoffgebundenen Süchten treten Entzugserscheinungen schon sehr schnell ein. Fast alle Süchtigen, die noch „drauf" sind, also noch Suchtmittel gebrauchen, kennen die Folgen des Entzugs; nämlich aus den Situationen, in denen sie nicht rechtzeitig ihren „Stoff" bekommen haben, weil sie z. B. kein Geld auftreiben konnten. Es gibt für sie nichts Schlimmeres als sich diese Situation

vorzustellen. Entsprechend groß ist die Angst davor. Der Entzug ist eine Belastung, die Nicht-Süchtige kaum nachvollziehen können. Umso wichtiger ist in dieser Zeit die Betreuung und Ansprache durch Personen, zu denen der Abhängige Vertrauen hat.

Entwöhnung

Nach der Entgiftung wird die Entwöhnung in der Regel in einer Fachklinik oder ambulant mit Hilfe therapeutischer Gruppen- und Einzelbehandlung durchgeführt. Die therapeutischen Konzepte dazu sind unterschiedlich. Grundsätzlich verfolgen jedoch alle die folgenden Ziele:

- Es müssen die Ursachen und Persönlichkeitsfaktoren, die zu dem Suchtverhalten führten, gefunden und „bearbeitet" werden.
- Der Betroffene soll lernen, Alltagsprobleme und eventuell zugrundeliegende seelische Störungen so zu bewältigen, dass ihm ein Ausweichen auf Suchtmittel nicht mehr nötig erscheint.
- Praktischen Alltag (wieder) erlernen (Aufstehen, Termine einhalten etc.).
- Der Betroffene ist auf seine Rückkehr in den Lebensalltag mit seinen vielen Verpflichtungen und Problemen vorzubereiten.

Nachsorge

In der Regel ist bei Suchterkrankungen über die Entwöhnungsphase hinaus die kontinuierliche Teilnahme an Selbsthilfegruppen oder die Nachbetreuung durch ambulante oder stationäre Therapieeinrichtungen notwendig. Die Nachsorge konzentriert sich darauf, den Betroffenen bei den ersten Schritten in das selbständige Leben außerhalb der Therapieeinrichtung zu unterstützen. In den meisten Fällen verlässt er oder sie dazu die Therapieeinrichtung und zieht in eine betreute Wohngemeinschaft um. Im Mittelpunkt steht nun also nicht mehr die psychotherapeutische Betreuung, sondern Fragen der praktischen Lebensbewältigung (Berufsorientierung, Freunde finden etc.).

Verhalten gegenüber dem drogenabhängigen Kind

- ***Grenzen Sie sich gegenüber dem Drogengebrauch Ihres Kindes eindeutig ab.***
- ***Wenn Sie nicht sicher sind, wie Sie sich richtig verhalten, lassen Sie sich von einer Drogenberatungsstelle beraten.***
- ***Suchen Sie Hilfe in Eltern- und Angehörigengruppen.***
- ***Überprüfen Sie Ihren eigenen Umgang mit Suchtmitteln. Ändern Sie etwas daran, wenn Sie Probleme damit haben, etwa mit Ihrem Alkoholkonsum.***
- ***Geben Sie finanzielle Unterstützung nur, wenn Sie sicher sind, dass sie nicht zum Drogenkauf verwendet wird. Helfen Sie beim Abbau eines eventuell vorhandenen Schuldenbergs erst, wenn Ihr Kind drogenfrei ist.***
- ***Zeigen Sie nicht „Verständnis", sondern sprechen Sie die Probleme offen an.***
- ***Dulden Sie keine Drogen und ihren Gebrauch in Ihrem Haus.***
- ***Unterstützen Sie Maßnahmen, die helfen könnten, von der Sucht wegzukommen.***

Sie sind nicht allein

Eltern, die den Verdacht haben oder wissen, dass ihr Kind Probleme mit Alkohol, Drogen oder anderen Suchtmitteln hat, kommen sich hilflos und verlassen vor. Die Verunsicherung durch diese Situation, die Angst, ins Gerede zu kommen, die Befürchtung, etwas falsch zu machen, hindern sie daran, sich Rat und Entlastung bei anderen zu holen. Wer gibt schon gerne Fremden Einblick in Familienangelegenheiten, besonders, wenn es um ein so heikles Problem geht.

Aber gerade beim Thema Sucht ist das eine Einstellung, die jeden Ausweg verbauen kann. Niemand kann verlangen, dass Eltern, Angehörige oder Betroffene aus eigener Kraft ein so schwieriges Problem lösen. Es ist keine Schande, wenn ein Mitglied der Familie von einem Suchtmittel abhängig ist. Erst recht ist es keine Schande, sich Hilfe bei anderen zu holen: bei Freunden, bei Menschen, die in der gleichen Situation sind oder waren, bei professionellen Beratern.

Hilfe, wenn man nicht mehr weiterweiß

Manchmal ist fremde Hilfe deshalb notwendig, weil man selbst einfach den Überblick verloren hat, allzu sehr in das Problem „verstrickt" ist oder die eigenen Fähigkeiten an Grenzen stoßen. Ein professioneller Berater sieht dann mit innerem Abstand die Situation anders, klarer.

Selbsthilfeorganisationen oder Beratungsstellen bieten aber auch die Chance, aktiv zu werden, sich dem Problem entgegenzustellen und nicht auszuharren und zu warten, dass „sich etwas tut". Vor allem stehen betroffene Eltern nicht mehr allein da, sondern wissen, dass andere dabei helfen, die eigene Situation und die des betroffenen Jugendlichen zu verbessern.

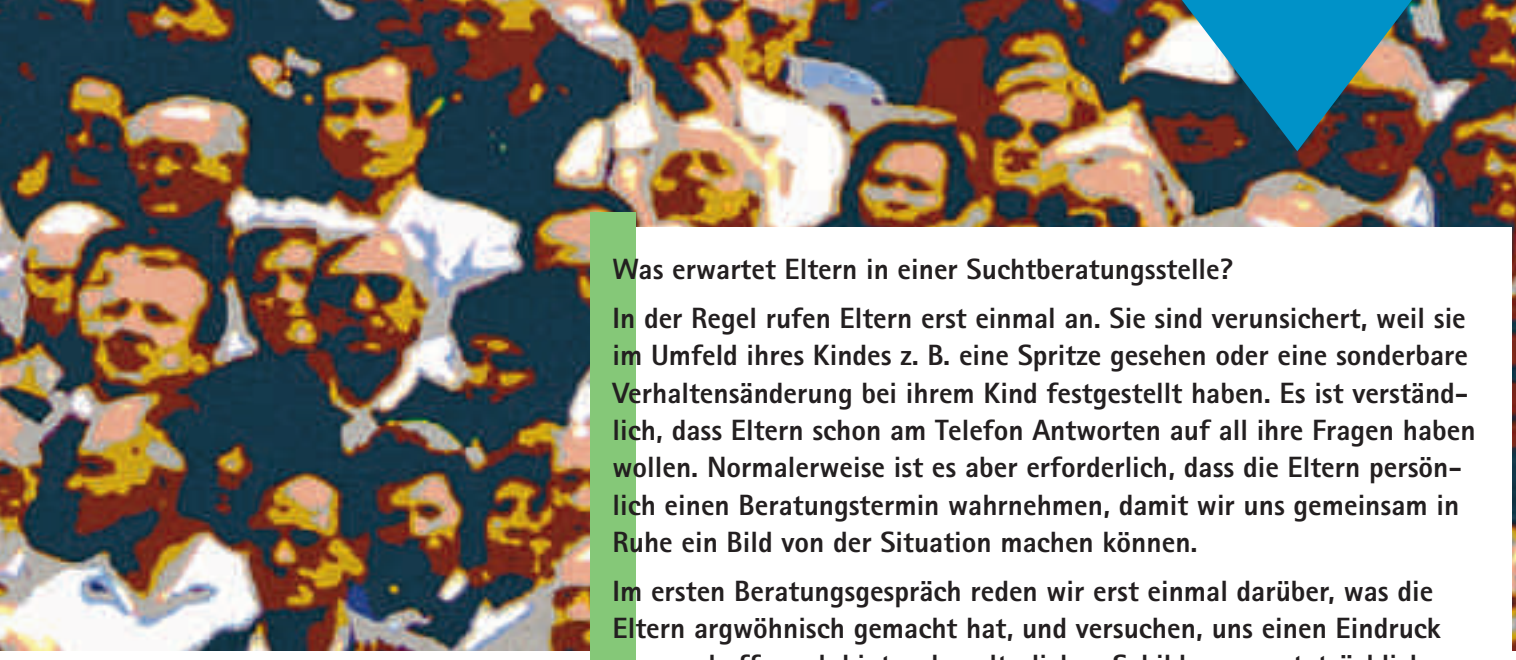
In der Bundesrepublik Deutschland gibt es eine Vielzahl von Einrichtungen und Organisationen, die Menschen mit einem Suchtproblem und deren Angehörigen Hilfe anbieten: staatliche und kirchliche Einrichtungen, freie Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen. Die Angebote solcher Einrichtungen sind insgesamt so vielfältig, dass fast jeder ein Hilfsangebot nach seinen persönlichen Vorstellungen finden kann.

Sei es in Form von Einzel- oder Gruppengesprächen, sei es im Austausch und in der Auseinandersetzung mit anderen Betroffenen oder mit einem professionellen, geschulten Berater.

Rechtzeitig Hilfe suchen

Was ist, wenn nicht klar ist, ob ein Jugendlicher tatsächlich suchtgefährdet ist oder sogar schon Suchtmittel gebraucht? Eindeutige Erkennungszeichen, sozusagen „Symptome" gibt es dafür nicht. Die Frage bewegt aber viele Eltern. Hier ist es besonders wichtig, sich Eindrücke, Einschätzungen und Hilfe von außen zu holen. Der Kreislauf von Vermutungen, Befürchtungen und mutmaßlichen Anzeichen kann so durchbrochen werden, bevor es tatsächlich zu einer Suchtgefährdung oder einem Suchtmittelmissbrauch kommt.

Die Chance, „erfolgreich" gegen eine Suchtgefährdung oder Drogenabhängigkeit vorzugehen, ist umso größer, je früher und gezielter die Hilfe einsetzt.



Was erwartet Eltern in einer Suchtberatungsstelle?

In der Regel rufen Eltern erst einmal an. Sie sind verunsichert, weil sie im Umfeld ihres Kindes z. B. eine Spritze gesehen oder eine sonderbare Verhaltensänderung bei ihrem Kind festgestellt haben. Es ist verständlich, dass Eltern schon am Telefon Antworten auf all ihre Fragen haben wollen. Normalerweise ist es aber erforderlich, dass die Eltern persönlich einen Beratungstermin wahrnehmen, damit wir uns gemeinsam in Ruhe ein Bild von der Situation machen können.

Im ersten Beratungsgespräch reden wir erst einmal darüber, was die Eltern argwöhnisch gemacht hat, und versuchen, uns einen Eindruck zu verschaffen, ob hinter den elterlichen Schilderungen tatsächlich „etwas Ernsteres" stecken könnte oder ob es sich um ganz normale und harmlose Verhaltensänderungen handelt.

Der nächste – und oftmals schwierigste – Schritt ist, dass das Kind zum nächsten Gespräch entweder allein oder in Begleitung seiner Eltern kommt. Ein Jugendlicher, der Haschisch raucht und davon überzeugt ist, das sei alles harmlos, wird aber „keinen Bock" haben, mit uns zu sprechen. Eine Grundregel in der Arbeit mit Abhängigen ist, dass der Abhängige von sich aus bereit sein muss, mit einem Berater oder einem Therapeuten zu reden. Man kann niemanden zwingen, über ein Problem zu reden, was er gar nicht zu haben glaubt. Der Jugendliche muss wenigstens ansatzweise motiviert sein zu kommen und seinerseits die Notwendigkeit fremder Hilfe sehen. Dazu können Eltern ihrerseits viel beitragen. Wie? – Das sagen wir den Eltern.

Achim Tobias, Dipl.-Psychologe, arbeitete als Klinischer Psychologe/Psychotherapeut in der Beratungsstelle für Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängige des Diakonischen Werkes Bonn

Wenn sich der Jugendliche weigert, zu uns zu kommen oder schon nach dem ersten Gespräch wegbleibt, arbeiten wir eine Zeitlang mit den Eltern weiter. Wir geben ihnen Hilfestellung, wie sie durch Veränderung ihres Verhaltens zu Hause indirekt ihrem Kind helfen können, oder falls das nicht möglich ist, ihrerseits Entlastung zu finden: darüber zu sprechen, was sie beschäftigt, was sie belastet, vielleicht auch über Selbstvorwürfe.

Nur – Patentrezepte gibt es nicht. Psychische Veränderungen brauchen vor allem Zeit. Auch wenn viele Eltern möglichst sofort eine absolut wirkende Problemlösung in die Hand bekommen wollen. Im Übrigen ist das leider häufig ein Grund, warum manche Eltern nicht mehr weiter zu uns kommen. Aber das Problem, vor dem sie heute stehen, ist auch nicht von heute auf morgen entstanden.

Beratungsstellen

Fast jede Stadt verfügt über eine oder mehrere professionelle Beratungsstellen für Menschen mit Suchtproblemen. Teilweise sind solche Beratungsstellen auf Abhängigkeiten von bestimmten Suchtmitteln spezialisiert, z. B. auf Alkohol- oder Medikamentenabhängige, auf Spielsüchtige oder Menschen, die von harten Drogen wie Heroin oder Kokain abhängig sind. Auf jeden Fall arbeiten dort ausgebildete und erfahrene Beraterinnen und Berater: Psychologen, Sozialarbeiter, Ärzte.

Sie helfen dem Ratsuchenden dabei, sich über seine Situation klar zu werden, und entwickeln gemeinsam mit ihm Schritte zur Lösung der anstehenden Probleme: Was ist überhaupt los? Ist mein Kind süchtig? Wo liegen die Ursachen? Kann ich etwas dagegen tun? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Was kann ich tun, damit mein Kind selbst Beratung sucht? Eltern und anderen Angehörigen bieten Beratungsstellen die Möglichkeit, auch für sich selbst etwas zu tun: sich psychische Entlastung zu verschaffen.

Elternkreise

Zu wissen, dass man nicht der Einzige auf der Welt ist, der ein Kind oder einen Angehörigen mit Suchtproblemen hat, kann viel bedeuten. Zu spüren, dass man mit Menschen spricht, die die Angst und Sorge nicht nur verstehen, sondern mitfühlen und aus eigener Erfahrung kennen, kann Erleichterung und Beruhigung bringen.

Deshalb ist der Weg in einen „Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher" für viele Eltern zunächst leichter als in eine Beratungsstelle. Solche Selbsthilfegruppen gibt es ebenfalls in vielen großen und kleineren Städten.

Elternkreise dienen dem gegenseitigen Austausch von guten wie schlechten Erfahrungen im Kampf gegen die Abhängigkeit der Kinder. Allein dadurch bieten sie schon eine große seelische Entlastung. Einmal offen und ehrlich über alles reden zu können, ohne die Gefahr, sich verständnislosen oder anklagenden Bemerkungen auszusetzen, tut gut. Zudem eröffnet es die Möglichkeit, von anderen zu lernen, sich selbst in Frage zu stellen, Fehler im eigenen Verhalten zu korrigieren.

Wer wissen möchte, ob es auch in seiner Stadt einen Elternkreis gibt, wendet sich an den **Bundesverband der Elternkreise drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher e.V. c/o Notdienst e.V.**
Ansbacher Str. 11, 10787 Berlin,
Tel. 0 30/5567 02-0
E-Mail: bvek@snafu.de

Selbsthilfegruppen

Neben den Beratungsstellen und Elternkreisen gibt es eine Reihe von Selbsthilfegruppen, in denen sich Menschen, die Suchtmittel gebrauchen oder gebraucht haben, treffen. Ziel dieser Gruppen ist es, sich durch gegenseitige Hilfe dabei zu unterstützen, von dem jeweiligen Suchtmittel loszukommen. Zum Teil werden entsprechende Gruppen von professionellen Beratern begleitet. Sie schalten sich dann ein, wenn die Gruppe allein nicht mehr weiterkommt und nach weitergehender Unterstützung verlangt.

Für fast jede Form von Suchtverhalten gibt es eigene Gruppen. Obwohl jede Lebens- und Suchtgeschichte anders ist, verbinden gerade die ähnlichen Erfahrungen mit einem bestimmten Suchtmittel die Mitglieder einer Selbsthilfegruppe. Ihre Sucht ist hier nichts Besonderes, sondern bildet einen „gemeinsamen Nenner". Gerade das, was die Betroffenen überall zum Außenseiter machte, verbindet hier. Vor allem aber verbindet das gemeinsame Ziel: ein Leben ohne Suchtmittel.
Welche Selbsthilfegruppen es in einer Stadt gibt, erfährt man z. B. über örtliche „Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen" oder bei der **Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS),**
Wilmersdorfer Str. 39,
10627 Berlin, Tel. 0 30/31 01 89 60.
E-Mail: selbsthilfe@nakos.de

Für einige Formen von Suchterkrankungen gibt es auch schon bundesweite Dachverbände, die gerne mit Informationsmaterial sowie Auskünften über lokale Gruppen weiterhelfen:

Al-Anon Familiengruppen
Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern und
Alateen
Selbsthilfegruppen für jugendliche Angehörige von Alkoholikern
Emilienstraße 4, 45128 Essen,
Tel. 02 01/77 30 07
E-Mail: ZDB@Al-Anon.de
Anonyme Alkoholiker
Gemeinsames Dienstbüro
Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.
Postfach 11 51
84122 Dingolfing, Tel. 08731/325730
E-Mail: aa-kontakt@anonyme-alkoholiker.de
Anonyme Eßsüchtige Deutschland
Postfach 10 62 06,
28062 Bremen, Tel. 04 21/32 72 24
Anonyme Spieler
Interessengemeinschaft e.V.,
Kontaktstelle Deutschland
Eilbeker Weg 20, 22089 Hamburg,
Tel. 0 40/2 09 90 09
E-Mail: verein@anonyme-spieler.org
Blaues Kreuz in Deutschland e.V.
Freiligrathstraße 27,
42289 Wuppertal, Tel. 02 02/62 00 30
E-Mail: bkd@blaues-kreuz.de
Kreuzbund e.V. – Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke u. deren Angehörige
Münsterstraße 25, 59065 Hamm,
Tel. 0 23 81/67 27 20
E-Mail: info@kreuzbund.de
Malteser-Telefon
Auskunft über Selbsthilfegruppen, Hilfsorganisationen und Beratungsstellen, Tel. 02 21/9 82 22 22
Guttempler in Deutschland
Adenauerallee 45,
20097 Hamburg, Tel. 0 40/24 58 80
E-Mail: info@guttempler.de

Wie finde ich Hilfe?

Das Netz der Beratungsstellen und anderer Einrichtungen oder Organisationen, die Rat und Hilfe anbieten,

ist dicht und flächendeckend. Sie sind nicht nur in großen und mittleren, sondern auch in vielen kleinen Städten zu finden. Aber wie, ist oft die Frage. Hier einige Tipps:

- Im Internet finden Sie unter www.bzga.de ein Verzeichnis von Beratungsstellen in ganz Deutschland.
- Rufen Sie das **BZgA-Telefon zur Suchtvorbeugung** an. Das Info-Telefon erfüllt verschiedene Aufgaben: Beantwortung von Fragen zur Suchtvorbeugung; persönliche Beratung von Bürgern mit Suchtproblemen mit dem Ziel, sie an geeignete lokale Hilfs- und Beratungsangebote zu vermitteln; Vermittlung von Anschriften und Telefonnummern der Suchtberatungsstellen sowie anderer geeigneter Beratungsdienste; Benennung von lokalen Ansprechpartnern zur Unterstützung oder Beratung präventiver Maßnahmen sowie relevanter BZgA-Medien zur Suchtprävention.
  Das Info-Telefon setzt seinen Schwerpunkt in der Suchtvorbeugung, nicht in der individuellen Beratung von Betroffenen, die jedoch an die entsprechenden Beratungsstellen weitervermittelt werden:
  Tel. 02 21/89 20 31
  montags-donnerstags 10-22 Uhr
  freitags-sonntags 10-18 Uhr

  Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters für Gespräche in das Kölner Ortsnetz.

- **Sucht & Drogen Hotline**
  Telefonische Drogennotrufeinrichtungen aus Berlin, Düsseldorf, Essen, Frankfurt, Hamburg, Köln, München und Nürnberg haben sich auf Initiative der Drogenbeauftragten der Bundesregierung zusammengeschlossen und bieten bundesweit telefonische Beratung in Sucht- und Drogenfragen für Betroffene und ihre Angehörigen an:
  Montag - Sonntag 0.00 - 24.00 Uhr
  Tel. 0 18 05 - 31 30 31

  Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters – 0,14 €/Min. a.d. Festnetz, andere Mobilfunkpreise möglich.
  (Dieser Dienst wird unterstützt von NEXT ID)

- Rufen Sie im Gesundheitsamt oder Jugendamt der Stadt oder Gemeinde an. Dort wird man Ihnen, auch ohne dass Sie Ihren Namen nennen müssen, Auskunft über städtische, kirchliche oder andere Beratungsstellen geben.
- In fast jeder Tageszeitung gibt es, meistens im Lokalteil, eine Aufstellung aller Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder auch der einzelnen Informationsveranstaltungen und Treffen, die an diesem Tag stattfinden. Hier finden Sie die Telefonnummern, Adressen und oft auch die Zeiten, zu denen Ratsuchende anrufen oder vorbeikommen können.
- Die wichtigsten Träger von Beratungsstellen sind neben den städtischen Einrichtungen die Diakonie und die Caritas. Die Telefonnummern sind im Telefonbuch zu finden. Wenn der Träger-Verband eine örtliche Sucht- oder Drogenberatungsstelle unterhält, ist diese unter seinem Namen verzeichnet. Oder Sie erfragen sie beim Deutschen Caritasverband, Referat Basisdienste und besondere Lebenslagen, Karlstraße 40, 79104 Freiburg, Tel. 07 61/20 03 69, oder beim Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe im Diakonischen Werk der Ev. Kirche in Deutschland e.V. (GVS), Altensteinstr. 51, 14195 Berlin, Tel. 030/84 31 23 55.
- Die „Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V." (DHS), Westenwall 4, 59065 Hamm, Tel. 0 23 81/90 15-0, gibt eine Vielzahl interessanter Veröffentlichungen zum Thema Sucht heraus. Ebenso die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 51101 Köln.

Anonym und vertraulich

Der Weg in eine Beratungsstelle oder Selbsthilfegruppe fällt oft schwer. Schließlich heißt es, einen Fremden in sein Problem einzuweihen, es sozusagen öffentlich zu machen. Die Befürchtung, andere könnten etwas davon erfahren, ist aber unbegründet:

In allen Hilfseinrichtungen ist Verschwiegenheit eines der obersten Gebote. Niemand erfährt davon, was in Beratungsgesprächen gesagt wird, auch dann nicht, wenn es um illegale Drogen geht.

Noch ein Tipp: Die Angst davor, von Bekannten gesehen zu werden, abgestempelt zu werden und ins Gerede zu kommen, hindert viele Eltern daran, Hilfe in einer Beratungsstelle oder Selbsthilfegruppe zu suchen. Wenn es den ersten Schritt erleichtert, sollten Ratsuchende eine Beratungsstelle in der Nachbarstadt aufsuchen. Das erhöht das Gefühl der Anonymität.

Zusammenhang mit dem Konsum von Halluzinogenen weder nachweisen noch widerlegen. Dabei soll es auch noch Wochen bis Monate nach dem Konsum zu plötzlichen Rauschzuständen kommen können.

Kokain (illegal)

Kokain ist ein weißes Pulver, das aus den Blättern des Kokastrauchs gewonnen wird.

Art der Einnahme/Anwendung:
Sniefen, Spritzen, Schlucken, Rauchen
Hinweise auf Missbrauch:
Kleine Tüten mit bitterem Pulver, kleine Löffel und Trinkhalme zum Schnupfen
Wirkung:
„Phasenartige" Wirkung: euphorisches Rausch- und depressives Stadium; stark aufputschend, Erlebnis intensiver Gefühle, angeregte Sexualität, Abbau von Hemmungen; Selbstüberschätzung, Rede- und Bewegungsdrang; bei längerer Einnahme und hoher Dosierung auch Verfolgungswahn, Depressionen, Halluzinationen.
Risiken:
Starke psychische Abhängigkeit bereits nach kurzer Zeit, schnell eintretende Toleranzentwicklung, d. h. die Dosis muss schon bald laufend erhöht werden, um die gewünschte Wirkung zu erzielen; akute Gefahren: Atemlähmung/Herzschwäche mit Todesfolge bei Überdosis; Langzeitfolgen: Schädigungen der Nasenscheidewand.

Medikamente/Aufputschmittel/ Stimulantien (legal)

Amphetamine, Weckamine

Art der Einnahme/Anwendung:
Trinken, Schlucken, teilweise auch Spritzen
Hinweise auf Missbrauch:
Hoher Verbrauch an Medikamenten, regelmäßiger Griff zur Tablette.
Wirkung:
Je nach Medikament und Dosis leistungs- und stimmungssteigernde Wirkung über verstärkte Kontaktfreudigkeit, Rededrang, Einschränkung der Kritikfähigkeit und Konzentration bis hin zu euphorischen und ekstatischen Gefühlen; Psychose und Sinnestäuschungen möglich.
Risiken:
Psychische Abhängigkeit
Achtung:
Aufputschmittel steigern anfänglich die Leistungsfähigkeit. Auf Dauer genommen führen sie zu Unrast, Schlaflosigkeit oder gar zu Wahnvorstellungen. Es entsteht ein Teufelskreis: morgens Aufputschmittel und abends Schlafmittel. Schon nach wenigen Wochen körperliche und/oder psychische Abhängigkeit; Entzugserscheinungen zeigen sich in Angstzuständen und Depressionen, die dann als Krankheitssymptome empfunden werden und die erneute Einnahme von Medikamenten veranlassen.

Medikamente/Schlaf- und Beruhigungsmittel (legal)

Barbiturate, Benzodiazepine u. a.

Art der Einnahme/Anwendung:
Trinken, Schlucken, teilweise auch Spritzen
Hinweise auf Missbrauch:
Hoher Verbrauch an Medikamenten, regelmäßiger Griff zur Tablette.
Wirkung:
Je nach Medikament vorübergehend entspannende, beruhigende, schlaffördernde Wirkung, Unterdrückung von Krampfanfällen und Angstgefühlen.
Risiken:
Je nach Medikament seelische und körperliche Abhängigkeit (besonders bei Barbituraten) oder nur seelische Abhängigkeit; häufig sogenannte „low-dose-dependence" (= Abhängigkeit von einer kleinen Dosis): Betroffene nehmen zwar nur eine kleine Dosis, diese allerdings über mitunter sehr lange Zeiträume.
Achtung:
Längerer Gebrauch erzeugt eine körperliche Abhängigkeit. Abruptes Absetzen ist mit erheblichen Risiken verbunden. Starke Erregung mit innerer Unruhe sowie Angst- und Spannungszustände bis hin zu erhöhter Suizidneigung können die Folge sein.

Medikamente/Schmerzmittel (legal)

Schwach, mittelstark oder stark wirksame Analgetika oder Analgetikakombinationen

Art der Einnahme/Anwendung:
Trinken, Schlucken, teilweise auch Spritzen oder als Zäpfchen
Hinweise auf Missbrauch:
Hoher Verbrauch an Medikamenten, regelmäßiger Griff zur Tablette
Wirkung:
Schmerzstillend, anregend, manchmal auch euphorisierende Wirkung.
Risiken:
Psychische Abhängigkeit, bei starken Analgetika auch körperliche Abhängigkeit.

Nikotin (legal)

Zigaretten, Feinschnitt-Pfeifentabak, Wasserpfeife

Art der Anwendung/Einnahme:
Rauchen, seltener: Schnupfen von Tabak oder Kauen von Tabakblättern
Hinweise auf Missbrauch:
Starke „Zigarettenfahne", gelbliche Verfärbung der Zähne und der Fingerkuppen
Wirkung:
Stimulierende oder entspannende Wirkung auf das zentrale Nervensystem, Gefühl der Geborgenheit und Souveränität; bei hohem Zigarettenverbrauch gegenteilige Wirkung: Lähmung von Nerven, Verengung von Blutgefäßen, Beeinträchtigung der Durchblutung aller Organe.
Risiken:
Gefahr der körperlichen und psychischen Abhängigkeit; Langzeitfolgen: Durchblutungsstörungen der Herzkranzgefäße und äußeren Gliedmaßen durch Verengung und Verkalkung der Blutgefäße, erhöhtes Krebsrisiko.

Opiate (illegal)

Psychoaktive Substanzen (= das zentrale Nervensystem beeinflussend), zu denen Heroin, Opium und Morphium gehören.
Sie werden aus dem Milchsaft der unreifen Schlafmohnkapsel hergestellt.

Art der Einnahme/Anwendung:
Rauchen (Opium), Spritzen, seltener Schlucken oder Inhalieren
Hinweise auf Missbrauch:
Spritzen, Löffel mit Rußrückständen, in denen z. B. Heroin verflüssigt wird. Einstichstellen und Vernarbungen an den Innenseiten der Arme und Ellenbogen.
Wirkung:
Anfänglich starke Euphorie („flash"), gesteigertes Selbstvertrauen; Gleichgültigkeit gegenüber Anforderungen und Problemen; beruhigende, einschläfernde und schmerzstillende Wirkung, Verblassen der Sinneswahrnehmungen.
Risiken:
Schon nach kurzer, regelmäßiger Einnahme besteht die Gefahr, dass körperliche und

psychische Abhängigkeit entsteht; akute Gefahren: Bewusstlosigkeit, Atemlähmung/ Herzschwäche mit Todesfolge bei Überdosis, Infektionen durch nichtsterile Spritzen (AIDS, Hepatitis); Langzeitfolgen: Leberschäden, Magen- und Darmstörungen; häufig weitere Probleme wie Beschaffungskriminalität und Prostitution und damit verbundene soziale Verwahrlosung.

Schnüffelstoffe (legal)

Organische Lösungsmittel in Klebstoffen, Farben, Lösungs- und Reinigungsmitteln, Sprays etc., auch Benzin werden zum Schnüffeln missbraucht.

Art der Einnahme/Anwendung:
Inhalieren, Einatmen der Dämpfe aus Tüchern oder Plastiktüten.
Hinweise auf Missbrauch:
Hoher Verbrauch der Stoffe, starker Geruch nach Lösungsmitteln oder Farben im Atem oder an der Kleidung.
Wirkung:
Phasenartige Wirkung: zuerst Übelkeit, Kopfschmerzen und Atemnot, dann Veränderung der Wirkung in höhere Empfänglichkeit für optische und akustische Eindrücke, Sinnestäuschungen, Gefühl der Schwerelosigkeit, zuletzt Schlaf- bis hin zu Bewusstlosigkeit.
Form der Abhängigkeit:
Regelmäßiges Schnüffeln bedingt die Gefahr erheblicher psychischer Abhängigkeit; akute Gefahren: Bewusstlosigkeit und Atemlähmung mit Todesfolge bei Überdosis; Langzeitfolgen: Verätzungen der Atemwege, spastische Lähmungen, Organschäden, bei längerem Konsum Demenz (Verblödung).

Psychoaktive Pilze (illegal)

Der in Europa weit verbreitete psychoaktive Pilz ist der spitzkegelige Kahlkopf (Psilocybe Semilanceta). Auf dem Drogenschwarzmarkt werden aber auch mexikanische und weitere Pilze gehandelt. Besonders auf Partys werden Psilos, Zauberpilze oder als Magic Mushrooms bezeichnete Pilze eingenommen. Der Besitz dieser Pilze ist illegal.

Art der Einnahme/Anwendung:
Frische Pilze werden gegessen, getrocknete Pilze werden trocken gegessen, in Brühe, Saft oder Kakao getrunken oder gebraten.
Hinweise auf Missbrauch:
Tütchen mit getrockneten Pilzen.
Wirkung:
Die psychoaktiven Wirkstoffe der sog. „Zauberpilze" sind Psilocybin und Psilocin. Der Wirkstoffgehalt unterliegt starken Schwankungen. Die Wirkung der Pilze zeigt sich in einer Intensivierung der optischen und akustischen Wahrnehmungen, zum Teil werden diese auch stark bis völlig verzerrt. Hinzu kommt eine Antriebssteigerung. Die Wirkung (bei ca. 10 – 20 mg) beginnt i. d. R. ca. 20 – 30 Minuten nach Einnahme der Pilze und ähnelt in geringen Dosen von 8 – 12 mg einem LSD-Rausch, der jedoch geringere Zeit andauert (4 – 6 Stunden).
Risiken:
Es kann zu Verwechslungen mit einer giftigen Pilzart kommen. Geerntete Pilze halten sich in ungetrocknetem Zustand nur einen Tag, dann kann es durch zersetztes Eiweiß zu Übelkeit und Erbrechen kommen. Eine körperliche Abhängigkeit tritt nicht auf, regelmäßiger bis häufiger Konsum kann jedoch zu einer psychischen Abhängigkeit führen. Organschädigungen sind bislang nicht nachgewiesen. Zu Beginn der Drogenwirkung können Atembeschwerden, Herzrasen, veränderter Blutdruck, Schweißausbrüche und erhöhte Körpertemperatur auftreten. Des Weiteren Kopfschmerz, Kältegefühl, Gleichgewichtsstörungen und Schwindel.