

# Inhaltsverzeichnis

## Alkoholismus – Mißbrauch und Abhängigkeit

Was ist das: Alkoholismus?	1
Welche Haupttypen von Alkoholkranken (nach Jellinek) können wir unterscheiden?	3
Welche Verlaufsphasen finden sich im Alkoholismus?	6
Welche Merkmale kennzeichnen die voralkoholische Phase?	6
Welche Merkmale kennzeichnen die Anfangsphase?	7
Welche Merkmale kennzeichnen die kritische Phase?	7
Welche Merkmale kennzeichnen die chronische Phase?	8
Worin zeigt sich die körperliche (= physische) Abhängigkeit vom Alkohol (Entzugerscheinungen)?	8
Worin zeigt sich die psychische Abhängigkeit vom Alkohol? («Kontrollverlust»)?	9
Was ist »Spiegeltrinken«?	10
Was ist Erleichterungstrinken?	10
Gibt es eine Suchtverlagerung («Umsteigeeffekt»)?	10
Wer wird vom Alkoholismus betroffen (Ausbreitung)?	12
Wieviel wird getrunken?	12
<b>Folgen des Alkoholismus</b>	15
Welche Folgen können durch Alkoholmißbrauch entstehen?	15
Welche körperlichen Schäden können durch Alkoholmißbrauch entstehen?	15

---

Welche psychischen Schäden können durch Alkoholmißbrauch entstehen?	19
Was sind Gedächtnislücken (»Filmriß«)?	20
Was ist das Alkoholdelir (Delirium tremens)?	21
Schädigt Alkohol das ungeborene Kind?	21
Was ist ein Alkoholrausch?	22
Kann Alkohol tödlich wirken?	23
Wer reagiert besonders empfindlich auf Alkohol?	24
Ist die Lebenserwartung der Alkoholkranken beeinträchtigt?	24
Welche sozialen Folgen können durch Alkoholmißbrauch entstehen?	25
Kann Alkoholismus ein Scheidungsgrund sein?	29
Warum ist der Konsum alkoholischer Getränke für den Verkehrsteilnehmer gefährlich?	29
Darf einem Arbeitnehmer wegen Alkoholproblemen gekündigt werden?	30
Welche Strafen drohen bei Verkehrsgefährdung infolge von Alkoholeinfluß?	32
Welche allgemeinen Voraussetzungen gelten für die Wiedererteilung der Fahrerlaubnis nach Führerscheinentzug wegen Trunkenheitsfahrt?	34
<b>Medikamentenmißbrauch</b>	<b>36</b>
Welche Medikamente werden besonders häufig mißbräuchlich verwendet?	36
Wirken Beruhigungsmittel (Tranquilizer) wirklich nur beruhigend?	36

---

Können Hustenmittel zur Abhängigkeit führen?	37
Helfen Schlafmittel schlafen?	37
Sind Schmerzmittel ungefährlich?	38
Lassen sich Schlaf und Hunger »ungestraft« unterdrücken?	39
<b>Wie wird man alkoholkrank? (Ursachen und Entstehungsbedingungen)</b>	40
Welche Ursachen spielen für die Entstehung des Alkoholismus eine Rolle?	40
Welche Eigenwirkung hat der Alkohol?	41
Wie verändert sich die psychische Leistungsfähigkeit unter akuter Alkoholeinwirkung?	42
Ist Alkohol ein Heilmittel?	43
Steigert Alkohol das sexuelle Leistungsvermögen?	44
Mit welchen körperlichen Eigentümlichkeiten hängt die Entstehung des Alkoholismus zusammen?	45
Ist Alkoholismus erblich?	45
Welche Rolle spielt das Beispiel der Eltern für die Entstehung des Alkoholismus?	46
Welche Rolle spielen Konflikte in Familie und Beruf für die Entstehung des Alkoholismus?	47
Welche Rolle spielt der Arbeitsplatz für die Entstehung des Alkoholismus?	47
Welche Rolle spielt die Meinung der breiten Öffentlichkeit für die Entstehung des Alkoholismus?	48
Welche Rolle spielen die Trinksitten für die Entstehung des Alkoholismus?	48

---

Was hat die Freizeit mit dem Alkoholismus zu tun?	49
Warum wird der Alkohol heute für so viele Frauen zum Verhängnis?	49
Warum greifen so viele Jugendliche zur Flasche?	50
Gründe oder Ausreden?	51
<b>Behandlung und Vorbeugung beim Alkoholismus</b>	<b>52</b>
Ist eine Heilung überhaupt möglich?	52
Was meint: motiviert sein zur Behandlung?	52
Welche Voraussetzungen gibt es für eine erfolgreiche Behandlung des Alkoholkranken?	53
Welches Ziel soll durch eine Behandlung erreicht werden?	54
Alkoholabstinenz oder kontrolliertes Trinken?	54
Was ist ein Rückfall?	55
Wann ist der beste Zeitpunkt für eine Behandlung gekommen?	56
Wie geht man bei der Behandlung vor?	56
Was ist die Kontakt- und Motivierungsphase?	58
Was ist die Entgiftungsphase?	59
Was ist die Entwöhnungsphase?	60
Was ist die Weiterbehandlungs- und Nachsorgephase?	60
Welche Möglichkeiten zur Entwöhnungsbehandlung gibt es?	62
Was ist mit Psychotherapie bei der Entwöhnungsbehandlung gemeint?	63
Wo wird die Entwöhnungsbehandlung durchgeführt?	64

Wie wird die Entwöhnungsbehandlung in einem Suchtfachkrankenhaus durchgeführt?	64
Was geschieht in ambulanten Beratungs- und Behandlungsstellen?	65
Wie wird eine ambulante Entwöhnungsbehandlung durchgeführt?	66
Welche Vor- und Nachteile haben ambulante bzw. stationäre Entwöhnungsbehandlungen?	67
Welche Erfolgsaussichten hat eine Behandlung?	67
Helfen betriebliche Maßnahmen dem alkoholkranken Mitarbeiter?	68
Gibt es eine »Pille« gegen den Alkoholmißbrauch?	70
Was sind Alkohol-Selbsthilfe-Organisationen?	71
Wie soll sich der Alkoholranke nach einer Entwöhnungsbehandlung verhalten?	75
Was sollen die anderen tun?	76
Wer trägt die Behandlungskosten?	77
Wie kann man dem Alkoholismus vorbeugen?	78
Was können speziell Betriebe vorbeugend tun?	79
Ist »alkoholfreies« Bier für einen Alkoholkranken gefährlich?	81
<b>Praktische Ratschläge für Angehörige</b>	<b>83</b>
Was heißt: »richtig« helfen?	83
Welche Anzeichen deuten auf Alkoholabhängigkeit hin? Woran ist Alkoholabhängigkeit zu erkennen?	85
Was soll man tun, wenn der Partner Alkoholkranker ist?	85

Was soll man nicht tun, wenn der Partner Alkoholkranker ist?	86
Was soll man nicht tun, wenn der Partner versucht, mit dem Trinken aufzuhören?	87
Was soll man tun, wenn der Partner verspricht, mit dem Trinken aufzuhören?	87
<b>Anhang</b>	<b>88</b>
Wie hoch ist der Alkohol- und Kaloriengehalt von alkoholischen Getränken?	88
Wovon hängt die Geschwindigkeit der Alkoholaufnahme ins Blut ab?	89
Wie wird der Alkohol im Körper abgebaut?	89
Welche Möglichkeiten gibt es zur Bestimmung des Blutalkoholspiegels?	90
Kurzfragebogen für Alkoholgefährdete	91
<b>Nachwort</b>	<b>93</b>
<b>Sachverzeichnis</b>	<b>94</b>