

# Alkoholabhängigkeit - Alkoholismus

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. nach sind in Deutschland 1,77 Millionen Menschen im Alter zwischen 18 und 64 Jahren alkoholabhängig. Die Entwicklung einer Alkoholabhängigkeit ist oftmals ein schleichender Prozess und kann zu massiven psychischen, körperlichen und sozialen Einschränkungen führen. Es können verschiedene Hilfsangebote zur Überwindung der Abhängigkeit in Anspruch genommen werden.

## 2. Symptome und Folgen

Langjähriger Alkoholismus ist vor allem an den körperlichen Symptomen und Schädigungen zu erkennen:

- Gewichtsverlust und fehlender Appetit
- Rötungen im Gesicht
- Verschlechterung des allgemeinen Körperzustands
- Schlafstörungen

Durch die Abhängigkeit können negative körperliche, psychische und soziale Folgen entstehen:

- Körperliche Schädigungen, z.B. von Leber, Speiseröhre, Magen oder Herz-Kreislauf-System
- Psychische Schädigungen, z.B. Entwicklung von Depressionen oder Angstzuständen
- Soziale Beeinträchtigungen, z.B. Störung der sozialen Beziehungen im Umfeld, soziale Isolation, Verlust des Arbeitsplatzes

## 3. Diagnose

Die Kriterien einer Alkoholabhängigkeit sind in der Internationalen Klassifikation von Krankheiten (ICD) der Weltgesundheitsorganisation (WHO) festgelegt: Mindestens 3 der folgenden Kriterien sollten mindestens einen Monat lang bestanden haben, um die Diagnose Alkoholabhängigkeit zu stellen. Bestanden die Kriterien nur über eine kurze Zeit, sollten sie innerhalb eines Jahres wiederholt bestanden haben:

- Starker Wunsch oder Zwang des Alkoholkonsums
- Verminderung der Kontrollfähigkeit (bezüglich Uhrzeit und Menge des Konsums)
- Empfinden von Entzugssymptomen bei Beendigung oder Verminderung des Konsums
- Toleranz gegenüber der konsumierten Menge mit Steigerung des Konsums
- Vernachlässigung anderer Vergnügungen oder Interessen zugunsten des Konsums
- Anhaltender Konsum trotz eindeutig schädlicher körperlicher oder psychischer Folgen

Diese Anzeichen werden in den meisten Fällen zunächst nur vom sozialen Umfeld wahrgenommen, da der Abhängige selbst seinen Konsum häufig als unproblematisch wahrnimmt und nicht über die nötige Krankheitseinsicht verfügt.

## 4. Ursachen

Der Alkoholabhängigkeit können verschiedene Ursachen zugrunde liegen, z.B.:

- Genetische Einflüsse
- Abhängigkeit in der Familie oder im sozialen Umfeld
- Vorausgehende traumatische oder schwer belastende Ereignisse, Schicksalsschläge
- Konsum zur Überwindung psychischer und sozialer Defizite (Enthemmung und dämpfende Wirkung des Alkohols)

## 5. Behandlung

Die Behandlung einer Alkoholabhängigkeit erfolgt in verschiedenen Phasen. Es können ambulante und stationäre Therapien in Anspruch genommen werden.

- **Kontakt- und Motivationsphase:** Der Patient wird dazu ermutigt, sich selbst eine positive

Perspektive nach der Abhängigkeit in Aussicht zu stellen. Eine sachliche Aufklärung über die negativen Folgen der Abhängigkeit kann dazu beitragen, die Motivation zu fördern.

- **Entgiftung:** Der konsequente Alkoholentzug findet stationär in einer Klinik unter engmaschiger medizinischer Betreuung statt. Gegebenenfalls erfolgt eine medikamentöse Behandlung zur Verhinderung eines Entzugsdelirs, z.B. durch Einsatz von Medikamenten, die Entzugskrämpfe verhindern sollen.
- **Entwöhnung:** Ziel der Entwöhnung ist es, die Alkoholabstinenz langfristig zu festigen. Diese Phase erfolgt in der Regel ambulant, bei schweren Abhängigkeiten stationär in speziellen Entzugskliniken. Die Entwöhnung wird in der Regel von einer psychotherapeutischen Behandlung begleitet.
- **Rehabilitation und Langzeitbetreuung:** Der Patient wird ambulant durch den Hausarzt, sowie durch Psychotherapie und Besuch von Selbsthilfegruppen in seiner Abstinenz gefestigt.

Ca. 20% der Alkoholabhängigen bleiben nach einer Entgiftung abstinent. Es können zahlreiche Versuche nötig sein, bis ein Rückfall in die Abhängigkeit langfristig verhindert werden kann.

## 6. Kostenübernahme der Therapie

Die Kranken- oder Rentenversicherung übernimmt alle Kosten, die in Zusammenhang mit Entzug und Therapie entstehen. Eine Sucht-Therapie findet im Rahmen einer [Medizinischen Rehabilitation](#) statt.

Um einen stationären Aufenthalt in Anspruch zu nehmen, muss die Reha beim Kostenträger beantragt werden ( [Medizinische Rehabilitation > Antrag](#) ). Wer einen Entzug anstrebt, sollte sich frühzeitig mit dem Kostenträger in Verbindung setzen, um einen geeigneten Therapieplatz zu finden.

Alles zu den versicherungsrechtlichen Voraussetzungen unter [Medizinische Rehabilitation](#) und [Rehabilitation > Zuständigkeiten](#) .

Weitere Informationen, z.B. zu Dauer und Zuzahlung unter [Entwöhnungsbehandlung](#) .

Zur finanziellen Absicherung kann während der Sucht-Therapie [Übergangsgeld](#) bezogen werden.

## 7. Wer hilft weiter?

Im Folgenden eine Übersicht mit Anlaufstellen bei Alkoholabhängigkeit. Die Portale verfügen über Online-Beratung, telefonische Hilfen oder Möglichkeiten der persönlichen Beratung vor Ort (auch für Angehörige):

### **Anonyme Alkoholiker Interessensgemeinschaft e.V.**

Waldweg 6, 84177 Gottfrieding-Unterweilnbach

Telefon: 08731 32573-12

E-Mail: [aa-kontakt@anonyme-alkoholiker.de](mailto:aa-kontakt@anonyme-alkoholiker.de)

[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

### **Onlineportale drugcom.de und kenn-dein-limit.de**

Betrieben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Maarweg 149-161, 50825 Köln-Ehrenfeld

Telefon: 0221 8992 0

E-Mail: [poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@bzga.de)

[www.drugcom.de](http://www.drugcom.de) , [www.kenn-dein-limit.de](http://www.kenn-dein-limit.de)

### **SuchtHotline München**

Albert Roßhaupterstr. 19, 81369 München

Telefon: 089 282822

E-Mail: [kontakt@suchthotline.de](mailto:kontakt@suchthotline.de)

[www.suchthotline.info](http://www.suchthotline.info)

### **Deutsches Rotes Kreuz**

Carstennstr. 58, 12205 Berlin

Telefon: 0800 0365000

E-Mail: [drk@drk.de](mailto:drk@drk.de)

[www.drk.de](http://www.drk.de)

### **Deutscher Caritasverband e.V.**

Karlstr. 40, 79104 Freiburg

Telefon: 0761 2000

E-Mail: [info@caritas.de](mailto:info@caritas.de)

[www.caritas.de](http://www.caritas.de)

Weitere [Notfall- und Beratungsnummern](#)

## **8. Verwandte Links**

[Entwöhnungsbehandlung](#)