



## Pressemitteilung

30. September 2021

### Vom Weg in die Sucht und wie man wieder rauskommt

*Merzig.* „Vom Feierabendbier zur Abhängigkeit: Der schleichende Weg in die Sucht“ hieß das Thema des jüngsten Online-Vortrags des Klinikums Merzig in Kooperation mit der CEB in Hilbringen. Ein Bier am Abend nach getaner Arbeit kann Belohnung sein und nach einiger Zeit zur Gewohnheit werden. Doch ab wann spricht man von einer Abhängigkeit oder Sucht? Woran erkenne ich den Unterschied? Diese und weitere Fragen standen für die Referenten Lisa Spill und Alexander Gores im Mittelpunkt.

Psychologe Alexander Gores stellte die „Treppe in die Sucht“ vor: Am Anfang steht der Genuss, beispielsweise von Alkohol, der dauerhaft zum Gebrauch verführen kann, über Missbrauch und zunehmende Häufigkeit aber auch längerfristig zur Sucht werden kann. Merkmale hierfür können regelmäßiger Konsum und immer größere Mengen sein, bis hin zu Kontrollverlust und körperlichen Veränderungen. Am Ende stehen oft schmerzliche Leiden, seelische Schäden, Beziehungsprobleme, nachlassende Sozialkontakte oder Jobverlust.

Im Online-Gespräch mit der Psychologischen Psychotherapeutin Lisa Spill schilderte ein seit 34 Jahren trockener Alkoholiker seine Erfahrungen und seinem gelungenen Weg aus der Sucht. Klar wurde dabei aber auch: Die Treppe zur Sucht hat keinen Rückwärtsgang. Einmal abhängig zu sein, bedeutet Alkoholiker für immer zu sein. Das heißt Fernhalten vom Suchtmittel und Selbstkontrolle ein Leben lang. Das gilt genauso auch für das Rauchen, Drogen-, Tabletten- oder Spielsucht.

Es gibt aber auch Hoffnung, machten Spill und Gores klar. Aus der Sucht heraus helfen können Beratungsstellen oder Online-Gruppen, natürlich auch die Medizin mit allen ihren Möglichkeiten. Der erste Weg sollte immer zum Hausarzt führen, er kann eine Entgiftung einleiten. Danach kommt die Entwöhnung. Bei allem kann auch die Psychotherapie eine wichtige Rolle spielen, sowohl in der Beratung als auch in der Begleitung und Nachsorge des Patienten.

(Bildtext)

Alexander Gores und Lisa Spill bei ihrem Online-Vortrag.

Fotos: SHG/  
30. September 2021