

MEDIZIN: Falk Kiefer ist neuer Leiter der Suchtklinik des ZI und spricht über Drogenkonsum

Schleichender Abstieg in die Abhängigkeit

Von unserem Redaktionsmitglied Meena Stavesand

Fast 50 Prozent der Männer in Deutschland trinken täglich Alkohol - fünf Prozent sind sogar abhängig, sagt Falk Kiefer. Der 48-Jährige ist der neue Ärztliche Direktor der Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin des Zentrums für Seelische Gesundheit (ZI) und gleichzeitig Lehrstuhlinhaber für Suchtforschung an der Universität Heidelberg. Nach der Emeritierung von Karl Mann hatte er diese Positionen schon kommissarisch vor zwei Jahren übernommen. Kiefer stellt heraus, wie wichtig die Erforschung, aber vor allem auch die Therapie von Süchten ist. Doch wie entsteht eine Abhängigkeit?

"Bei einer Sucht wird die Vorliebe für bestimmte Aktivitäten, die mit der Einnahme des Suchtmittels verknüpft sind, extrem. Alles andere wird ausgeblendet. Dabei ist es egal, ob es sich um eine Zigarette, ein Bier oder Drogen wie Kokain und Cannabis handelt. Der Reiz, der mit der Alkohol-, Nikotin- oder Drogeneinnahme einhergeht, wird mit dem Gefühl einer Belohnung verbunden - dies ist neurowissenschaftlich im Gehirn nachweisbar. Bei Drogen sei das Phänomen besonders ausgeprägt. "Das war super - und soll sich am besten so schnell wie möglich wiederholen", übersetzt der Professor für Suchtmedizin den Vorgang der "Belohnungsmarkierung".

Wenn es Menschen schwerfällt, gegen ihren eigenen Vorsatz zu bestimmten Reizen "nein" zu sagen, erkennt man Ähnlichkeiten mit dem Prozess der Suchtentwicklung. "Jemand möchte abnehmen, kann sich aber nicht dagegen wehren, etwas zu kaufen, wenn er an einer Konditorei vorbeiläuft. Oder ein Raucher sieht vor einer Kneipe andere mit Zigaretten stehen, dann wird er ebenfalls einen Drang verspüren, zu rauchen, auch wenn er sich etwas anderes vorgenommen hat", erklärt Kiefer. Es seien gelernte, "belohnungsassoziierte" Reize, die die Sucht ansprechen. Ein großes Problem sieht der Mediziner vor allem im täglichen Alkoholgenuss in unserer Gesellschaft. Trotz negativer Konsequenzen möchten viele auf ihr Bier oder ihren Rotwein am Abend nicht verzichten. Es sei zur Gewohnheit geworden, auch wenn klar ist, dass dies mit einer verminderten Lebenszeit erkaufte wird.

Bilder schrecken Jugendliche ab

Aber nicht nur das Leben könne sich durch Alkohol verkürzen, die Leistungsfähigkeit nehme ab, die Stimmung verschlechtere sich, Schlafstörungen und Aggressivität nehmen zu. Kiefer macht weiter klar, dass eine kurzfristige Abstinenz aber auch bei Süchtigen möglich sei. "Es gibt Abhängige, die vier Wochen auf Alkohol verzichten. Eine gewisse Zeit können sie sich dazu zwingen", erklärt der Psychotherapeut. Doch das "Sich-Zwingen-Müssen" sei eher Warnhinweis als Entwarnung.

Fatale Folgen durch Cannabis

Das gelte nicht nur für Alkohol, sondern für jegliche Suchtmittel wie beispielsweise auch Nikotin. Da hat der Professor für Suchtforschung in den vergangenen Jahren eine positive Entwicklung wahrgenommen. Seit es die abschreckenden Bilder von kranken Lungen oder schlechten Zähnen auf Zigarettenschachteln gibt, habe sich der Konsum bei Jugendlichen um 50 Prozent reduziert. Grund dafür seien auch die Preissteigerung und die Verbotszonen. "Raucher, die schon seit Jahren abhängig sind, halten die Bilder nicht ab. Doch bei den 13- bis 18-Jährigen zeigen diese Maßnahmen große Wirkung." Jugendliche, die nicht Rauchen, werden laut Kiefer als Erwachsene nur sehr selten abhängig. Das lange funktionierende Geschäftsmodell der Tabakindustrie "mit garantierten Einnahmen über 40 und mehr Jahre ist damit zerstört".

Besorgniserregend findet Kiefer den steigenden Konsum von Cannabis bei jungen Erwachsenen. "Sie fangen meistens zwischen 13 und 16 Jahren an und kommen mit 18 oder 20 in die Klinik. Einstiegsdroge ist Nikotin, das dann mit Cannabis geraucht wird." Von einer Legalisierung wie in den Niederlanden hält Kiefer nichts. "Regelmäßiger Konsum hat fatale Folgen für die Jugendlichen, schließlich ist das Gehirn in diesen Jahren noch in der Entwicklung." Für Kiefer ist klar: Suchtmittelkonsum sollte kein Tabuthema sein.