bewusstgesund

Gesundheitstipps von
UNIV.-PROF. DR. SIEGFRIED MERYN

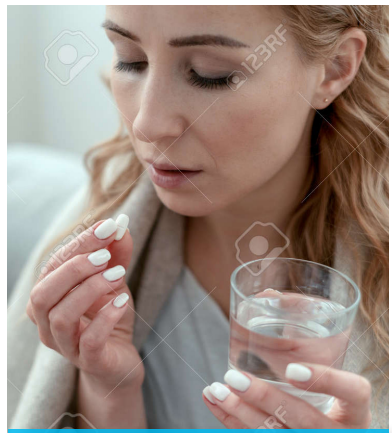
Süchtig nach Medikamenten

BEWUSST GESUND

SA, 26. 6.,
17.30 Uhr,
ORF 2 UT

Bewusst gesund

Der Tod von Michael Jackson hat Fentanyl bekannt gemacht. In den USA sorgt das Schmerzmittel seit Jahren für Schlagzeilen. Das opiumhältige Medikament wurde gerne verschrieben, doch vielen Menschen war nicht bewusst, dass es abhängig machen kann. Auch in Europa nimmt der Medikamenten-Missbrauch zu. Das Fatale: Man kann relativ leicht in eine Abhängigkeit schlittern. Denn Medikamentensucht entsteht schleichend und wird oft erst spät entdeckt. Eine solche Abhängigkeit kann sich entwickeln, wenn Arzneimittel zu lange und zu hoch dosiert eingenommen werden. Auf Platz eins der Statistik stehen in Österreich Schlaf- und Beruhigungsmittel, gefolgt von Schmerzmitteln. Alle drei Gruppen besitzen tatsächlich ein hohes Suchtpotenzial.



MEDIKAMENTENSUCHT ENTSTEHT SCHLEICHEND UND BLEIBT LANGE UNENTDECKT

Erkennbare Warnsignale. Aber wie zeigt sich eine Abhängigkeit und welche Auswirkungen kann sie haben? Fest steht: Medikamentenmissbrauch ist ein sehr ernstes, aber von vielen – auch von Ärzten – unterschätztes Thema. Man muss allerdings unterscheiden: Von Medikamentenmissbrauch spricht man, wenn ein bestimmtes Präparat, das gar nicht für diese Indikation vorgesehen ist, eingenommen und für eine Reihe von anderen Dingen verwendet wird. Davon zu unterscheiden ist aber die Medikamentensucht, wo sich der Betroffene wirklich an das Medikament gewöhnt hat und ohne dieses Präparat nicht mehr kann. Man spricht von einem kaum beherrschbaren Verlangen nach diesem Präparat. Der Betroffene verliert die Kontrolle über Zeitpunkt und Dauer des Konsums, vernachlässigt seine Interessen und Aufgaben. Zudem unterscheidet man zwei Dinge, nämlich die körperliche und psychische Anhängigkeit bzw. Sucht. Bei der körperlichen macht sich das sehr rasch bemerkbar. Wenn der Betroffene sein Präparat, etwa Schmerz- oder Schlafmittel nicht einnimmt, entstehen richtige Entzugserscheinungen. Diese beginnen zuerst harmlos mit etwas Kopfschmerzen, innerer Unruhe, es fühlt sich der ganze Körper nicht mehr wohl und dann hat man das Gefühl, man braucht dieses Medikament, man muss es wirklich nehmen. Neben diesen körperlichen Abhängigkeiten gibt es natürlich die psychischen. Diese zeigen sich vor allem durch Gedanken wie: „Wenn ich diese Tabletten nicht einnehme, kann ich überhaupt nicht mehr schlafen oder habe das Gefühl, es geht gar nichts mehr.“ Also an dieser Stelle nochmals in aller Deutlichkeit: Man darf das nicht unterschätzen. In Österreich sind schätzungsweise mehr als 150 000 Menschen medikamentenabhängig.

Wege aus der Sucht. Aber was kann man gegen diese Sucht tun? Einen Ausweg aus der Medikamentensucht zu finden ist etwas, dass man in den meisten Fällen nicht allein schafft. Man hat diesen Vorsatz, aufzuhören (ähnlich beim Rauchen) – das ist großartig, man sucht auch in der Familie oder bei Freunden Unterstützung. Aber ich würde Betroffenen empfehlen – gerade bei einer so ernsten Frage – dass sie sich von Experten wie Psychiatern oder Neurologen beraten lassen.

Vor allem, wenn es zum Auftreten der körperlichen Entzugssymptome kommt, braucht man professionelle Hilfe. Neben einem Entzug gibt es noch Möglichkeiten der ambulanten oder stationären Therapie sowie verhaltenstherapeutische Einzel- und Gruppensitzungen. Daher mein Appell an Sie: Schämen Sie sich nicht, suchen Sie Hilfe, es ist wichtig für Ihre Gesundheit und Ihr weiteres Leben! ■

FOTOS: BRIZMAKER/123RF; ORF