

VORWORT

Sehr geehrte Wienerinnen und Wiener!

Gerade im Bereich der Sucht ist konsequente Aufklärungsarbeit besonders wichtig, um vor allem jungen Leuten das Thema Drogen und die schwerwiegenden Folgen von Sucht für sie selbst und ihr Umfeld vor Augen zu führen. Auch Eltern und unmittelbare Bezugspersonen müssen für typische Kennzeichen einer Sucht sensibilisiert werden und die Möglichkeit haben, Präventionsarbeit zu leisten. Denn wenn das Umfeld einmal bemerkt, dass Drogen im Spiel sind, ist es oft schon zu spät. Und wenn es wirklich so weit kommt, muss man wissen, wohin man sich wenden kann, wenn man Hilfe braucht oder helfen möchte.

In der vorliegenden Broschüre erhalten Sie Informationen zum Thema Sucht und Abhängigkeit. Von Alkohol über Nikotin bis hin zu Designerdrogen – die Liste der Gefahrenquellen ist lang und erstreckt sich über alle Altersgruppen. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen kompakten Überblick zur Thematik geben. Ein Serviceteil mit Beratungsmöglichkeiten rundet das Informationsangebot ab – und soll Ihnen vermitteln, wie die Wiener Ärztinnen und Ärzte helfen können.

Herzlichst

Ihr ao. Univ-Prof. Dr. Thomas Szekeres
Präsident Ärztekammer für Wien

VORBEUGUNG UND AUSWEGE AUS DER SUCHT

In Österreich stehen viele Stellen zur Verfügung, die bei Suchtproblemen und der Vorbeugung von Sucht helfen. Dies reicht von Beratungsstellen für Alkohol und Drogen über Informationen bis hin zu Raucherentwöhnungsprogrammen und Selbsthilfegruppen in verschiedenen Bereichen. Ihre Ärztin und Ihr Arzt bietet Ihnen gezielte Hilfe und Beratung.

Service für Betroffene und Interessierte

Einen guten Überblick der unterschiedlichen Beratungsstellen für Alkohol, Drogen, Sucht, Arzneimittel oder Spielsucht gibt es auf der Website der Sucht und Drogen Koordination Wien: www.sdw.wien/adressen

Alkohol. Leben können.

www.alkohol.at

Selbsthilfe

www.selbsthilfe.at

Rauchertelefon

Tel: 0800 810 013

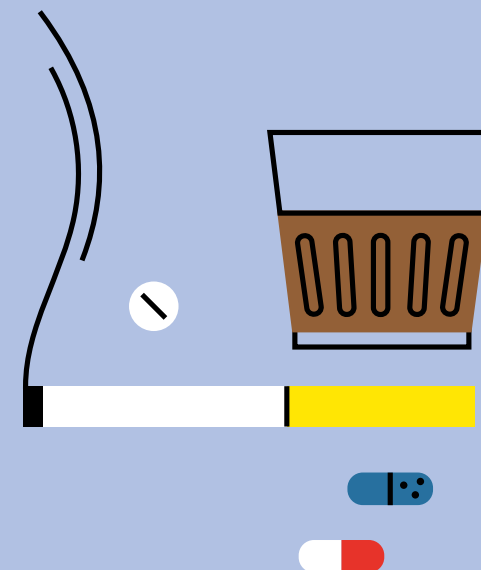
www.rauchfrei.at

Das besondere Service der Ärztekammer:

Auf www.praxisplan.at können Sie gezielt nach Ärztinnen und Ärzten suchen, die auf Diagnostik und Therapie bzw. generell auf Suchterkrankungen, Raucherberatung, Substitutionsbehandlung spezialisiert sind. Gerne erteilt auch das Patientenservice der Wiener Ärztekammer unter Tel.: 01-790 11 61 (Mo.-Fr., 7-19 Uhr) Auskunft.

Impressum: Verlag der Ärztekammer für Wien, vertreten durch den Präsidenten, 1010 Wien, Weihburggasse 10-12. März 2018.
Wissenschaftliche Berater: Dr. Reinhard Dörflinger und Dr. Johann Haltmayer.

GANZ WIEN SORGT VOR:
ICH bin dabei!



DAMIT SUCHT
NICHT ZUM
UNÜBERWINDBAREN
PROBLEM WIRD.

Die Wiener Ärzteschaft im Dienste Ihrer Gesundheit.
www.aekwien.at


ÄRZTEKAMMER
FÜR WIEN

GESUNDHEIT FÖRDERN - SUCHT VERHINDERN

Die Liste der Faktoren, die zu Alkohol- und Drogenmissbrauch und so zu einer Abhängigkeit führen können, ist lang: der Tod einer nahestehenden Person, unbewältigte Kindheitserlebnisse, Depressionen, „die falschen Freunde“, persönliche Krisen oder einfach nur die „Gewohnheit“ - unabhängig vom Alter der Personen. Nicht alle Menschen, in deren Familien Fälle von Sucht oder Abhängigkeit vorkommen, müssen automatisch das gleiche Schicksal erleiden. Mit gezielter Aufklärung und Prävention ist es möglich, einen gesundheitlich verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und anderen Suchtmitteln zu erreichen. Dies beginnt schon im Kindes- und Jugendalter. Die Wiener Ärztinnen und Ärzte helfen, hier vorzubeugen.

Sucht in Österreich

Im Jahr 2015 rauchten in etwa 24 Prozent der Erwachsenen in Österreich. Die Raucherquote ist im Gegensatz zu vielen anderen europäischen Ländern nicht zurückgegangen. Zudem konsumiert der durchschnittliche Erwachsene in Österreich 12,3 Liter Alkohol im Jahr, der dritthöchste Anteil in der OECD. Die Alkoholkrankheit ist die häufigste Suchtform nach der Nikotinabhängigkeit.

In Österreich gibt es zudem 100.000 bis 130.000 Menschen, die medikamentenabhängig sind. In etwa 150 Todesfälle im Jahr sind direkt auf Suchtgifte zurückzuführen. Immer mehr Menschen greifen dabei zu betäubenden Drogen.

BIN ICH SUCHTGEFÄHRDET?

Diese Fragen sollen Ihnen dabei helfen, herauszufinden wie es Ihnen- oder auch Ihrem Nächsten- im Umgang mit Alkohol geht.

- Verspüre ich einen starken Wunsch oder eine Art Zwang, Alkohol oder andere Drogen zu konsumieren?
- Leide ich unter Kontrollverlust? Kann ich selbst steuern, wann ich zu trinken beginne bzw. aufhöre, Alkohol zu trinken?
- Leide ich unter körperlichen Entzugssymptomen, wie Zittern, Schwitzen, Übelkeit, Schlafstörungen, Unruhe oder Angstzustände, wenn ich zu trinken aufgehört habe bzw. weniger trinke?
- Vernachlässige ich meine Interessen und Vergnügen zugunsten der Beschaffung von Alkohol bzw. zum „Auskurieren“?
- Trinke ich trotzdem regelmäßig, obwohl ich weiß, dass Alkoholgenuss für mich schädliche Folgen hat?
- Verspüre ich eine Toleranzsteigerung? Muss ich mehr trinken, mehr rauchen, um die gleiche Wirkung zu erzielen?
- Denke ich bei Problemen, Sorgen oder Stress daran, Alkohol zu trinken, eine Zigarette zu rauchen oder anderwertige Suchtmittel zu nehmen?

JUGENDLICHE UND SUCHT

Lose soziale Beziehungen, fehlende Zukunftsperspektiven und auch Imponiergehabe führen Jugendliche dazu, sich zu betrinken, zu rauchen oder andere Drogen zu konsumieren. Je früher mit der Konsumation von Drogen begonnen wird, desto weitreichender sind die Folgen für die Zukunft. Diese reichen von strafrechtlichen Folgen bis hin zu Störungen des Nervstoffwechsels, Krebs, Erkrankung der Bauchspeicheldrüse, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Leber- und Lungenerkrankungen sowie sozialen Folgen wie Probleme in der Schule oder im Beruf, Verlust des Arbeitsplatzes etc.

Tipps für Bezugspersonen und Eltern

- Miteinander reden hilft, Konflikte zu bewältigen oder vorzubeugen. Zuhören, sich Zeit nehmen, Interesse zeigen, das fördert das Vertrauen von Eltern und den Jugendlichen.
- Den Jugendlichen und Kindern Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein vermitteln. Suchtmittel und Alkohol sind keine „Eintrittskarte“ ins gesellschaftliche Leben.
- Vertrauen schaffen, das hilft den Jugendlichen, Misserfolge besser zu bewältigen.
- Menschen, denen es körperlich, sozial und psychisch gut geht, sind auch vor dem Drogenmissbrauch besser geschützt.
- Den Kindern und Jugendlichen gegenüber nicht die Rolle der Unfehlbaren vorspielen.