



www.aktionswoche-alkohol.de

ALKOHOL?
WENIGER IST
BESSER!

Basis-Kurs

EINFÜHRUNG IN DIE SUCHTMEDIZIN

Kleine Fachkunde
für Helfewillige zur
Begleitung von Menschen
mit Suchtproblemen

www.suchtmed-ost.de
info@suchtmed-ost.de



Beispiel-Aufgaben

(für die persönliche Kurs-Zertifizierung)

„Kleine Fachkunde zur Begleitung Suchtkranker“:

Hinweis:

- Eine kleine Abhandlung über eines der vorgeschlagenen oder ein ähnliches eigenes adäquates Thema (schriftlich, als Präsentation, oder als gespeicherter mündlicher Beitrag) soll belegen, dass sollte das nicht. sich mit grundlegenden suchtmedizinischen Problemen beschäftigt haben und den Kurs für Ihre persönlichen Kontakte zur Begleitung von Suchtkranken anwenden können.
- Vom erwarteten Umfang her erscheinen ein Text einer DIN A4 Seite (maximal 2), oder 3-5 Folien (maximal 8), oder 3-5 Minuten gesprochener Text (bzw. Video) empfehlenswert und völlig ausreichend.
- Eine Zertifizierung „Suchtkranken-Begleiter(in)“ ist keinesfalls für alle Teilnehmer des Kurses in irgendeiner Weise verpflichtend.
- Alle, die am Kurs teilgenommen haben, erhalten selbstverständlich eine Teilnahmebescheinigung.

Beispiel-Aufgaben

für Ihren Kurs-Zertifizierung

„Kleine Fachkunde zur Begleitung Suchtkranker“:

Konsumverhalten

- (1) Polyvalenter Substanzkonsum und Konsumtrends
- (2) Erfragen, beobachten, beschreiben Sie die polyvalente Konsumgewohnheiten (z.B bei Bekannten, oder bei sich selbst – anonymisiert, lediglich Initialen, Geschlechtsangabe und aktuelles Lebensalter der Person sind möglich)!
- (3) Beschreiben und erklären Sie Ihrer Meinung nach typische Konsummuster im Laufe eines Lebens (Substanzkonsum-Anamnese)!
- (4) Beschreiben und erläutern Sie aktuelle regionale, nationale oder internationale Trends des riskanten und abhängigen Substanzkonsums!

Prävention und harm-reduction

- (5) Welche wirksamen Maßnahmen kann der Staat zur Prävention und harm-reduction bei potentiellen Suchtmitteln Ihrer Meinung nach ergreifen?
- (6) Was ist ihrer Meinung – welche Rolle spielen Zeitpunkt und die Art der Erfahrungen beim ersten Konsum von Rauschmitteln für das spätere Leben und die mögliche Suchtentwicklung?
- (7) Was empfehlen Sie jungen Menschen zur Vermeidung des Suchtrisiko?
- (8) Welchen Sinn und welche Erfolgsaussichten haben Ihrer Meinung nach bei erkanntem Risiko des Kontroll- und Abstinenzverlustes selbstauferlegte Konsummaßregeln (z.B. Einhalten von Trinkzeiten und Alkoholmengen, Verzicht auf hochprozentige Getränke)?
- (9) Erläutern Sie praktische Möglichkeiten von harm-reduction (Schadensminimierung) bei verschiedenen Formen des Substanzkonsums (z.B. Alkoholtrinken, Nikotin-Konsum, Cannabis-Konsum, Einnahme von Schlaf- und Beruhigungsmitteln).
- (10) Ziel „Kontrolliertes Trinken“ (bzw. „kontrollierter Substanzkonsum“) – macht das Sinn, und wenn ja, bei wem?

Hilfe und Therapie

- (11) Was denken Sie, soll man Menschen mit Substanzproblemen mit psychotropen Medikamenten behandeln oder generell darauf verzichten?
- (12) Wann ist eine stationäre Behandlung bei einem Suchtkranken unbedingt erforderlich – welche Ziele soll sie haben?
- (13) Wie lange sollten ihrer Meinung nach „Entwöhnungsbehandlungen“, die eine dauerhafte stabile Abstinenz zum Ziel haben, mindestens dauern?
- (14) Was erwarten Sie von einem Arzt, der gut in der Lage ist, Suchtkranke zu behandeln?
- (15) Welche schwerwiegenden Fehler können Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Arztpraxen und Kliniken im Umgang mit Suchtkranken unterlaufen?
- (16) Wie gut oder schlecht geeignet sind Ihrer Meinung nach Allgemeinkrankenhäuser, geschützte Psychiatrie-Stationen, psychosomatische oder psychotherapeutische Abteilungen, spezielle suchtmedizinische Kliniken bei der Behandlung von Suchtkranken? Erläutern Sie eventuelle Vor- und Nachteile der jeweiligen Einrichtung!
- (17) Was ist ihrer Meinung – lohnt es sich überhaupt, nur einen Partner zu behandeln/zubetreuen, wenn beide Partner der bestehenden Beziehung offensichtlich suchtkrank sind?
- (18) Welche stationären Therapieeinrichtungen, die für die Behandlung von Suchtkranken spezielle Angebote haben, gibt es in Ihrer Umgebung?
- (19) Welche objektiven und subjektiven Probleme könnte die Behandlung Suchtkranker aus Ihrer Sicht in Arztpraxen erschweren oder „unattraktiv“ machen? Haben Sie praktische Erlebnisse, die das bestätigen?
- (20) Manche Anonyme Alkoholiker warnen vor „Pille statt Pulle“ – wie stehen Sie zur Verordnung von Psychopharmaka bei Suchtkranken? Begründen Sie ihre Haltung!

Rückfallprophylaxe/ Selbsthilfe

- (21) Welche besonderen Stimuli (Auslöser-Reize) halten Sie für besonders gefährlich bei einer erreichten Abstinenz eines abhängigkeitskranken Menschen? Wie können Sie vermieden werden?
- (22) Was können Selbsthilfe, was Fremdhilfe nicht kann?
- (23) Was kann Fremdhilfe und Therapie, was Selbsthilfe nicht kann?
- (24) Welche Suchtberatungsstellen und welche Selbsthilfegruppen gibt es in Ihrer Region?
- (25) Welche Angebote einer Suchtberatungsstelle erwarten/ schätzen Sie besonders?
- (26) Berichten Sie über persönliche Erfahrungen mit Rückfällen (bei sich selbst oder bei anderen Menschen) – erläutern Sie Ursachen und mögliche Vermeidungsstrategien!
- (27) Nennen Sie plausible Gründe, warum jemand, der einem anderen helfen will, seine Sucht zu überwinden, Hilfe und Kontakt einstellen/abbrechen darf (oder soll)?
- (28) Warum könnten Ihrer Meinung nach auch die 12 Schritte (oder auch die 12 Traditionen) der Anonyme Alkoholiker für professionelle Helfer wichtig sein und Berücksichtigung im Kontakt zum Betroffenen finden?

Kenntnisse über Sucht vermitteln

- (29) Welche Bücher, Theaterstücke und Publikationen über die Suchtproblematik würden Sie Betroffenen, Angehörigen und Helfern besonders empfehlen und warum?
- (30) Welche Filme, TV-Dokumentationen, Podcasts und Serien würden Sie besonders empfehlen und warum?
- (31) Betroffenen, Angehörigen und Helfern empfehlen, und warum?
- (32) Welche Portale, Apps und Blogs im Internet würden Sie Betroffenen, Angehörigen und Helfern auf keinen Fall empfehlen, sondern eher davor warnen, und warum?

Risiken von Drogen

- (33) Was halten Sie von der jüngst erfolgten Cannabis-Freigabe zu Genusszwecken, welche Chancen sehen Sie, und welche Gefahren?
- (34) Was bedeutet für Sie eine „Suchtverlagerung“? Kennen sie ein praktisches Fallbeispiel? Wie soll man damit umgehen?
- (35) Die Einnahme von Schmerzmitteln kann zu erheblichen Problemen führen, auch zu Abhängigkeiten. Schildern Sie persönliche Erfahrungen (diese selbst oder andere Personen gemacht haben)! Wie kann man solchen Problemen vorbeugen?
- (36) Drogen als Medikamente, Medikamente als Drogen – erläutern Sie einige Beispiele aus der Geschichte oder aus persönlichen Erfahrungen!

- (37) Was wissen Sie über Medizinal-Cannabis in der medizinischen Praxis – welchen Nutzen und welche Risiken sehen Sie?
- (38) Suchtkranke Eltern – welche Risiken haben ihre Kinder, wie kann man eine Kindeswohlgefährdung am besten vermeiden?

Beispiel für Begriffserklärung:

Polyvalenter Substanzgebrauch:

Abwechselnder oder kombinierter Gebrauch von Rauschsubstanzen und suchtartigen Verhaltensweisen. Es entstehen individuelle Konsummuster von abhängigen, riskanten, schädlichen und gelegentlichen Gebrauch, die sich im Laufe der Biografie ändern können, gesellschaftlich unterschiedlich weit verbreitet und sich soziokulturell etabliert sind.

Beispiele:

Rauchender Alkoholiker, der gelegentlich Schmerz- und Schlafmittel nimmt, zeitweise aber auch viel Geld an Spielautomaten verbraucht.

Opiatabhängige Frau nimmt hin und wieder zur Aktivitätssteigerung Stimulanzien, bei Entzugserscheinungen Schmerz- und Beruhigungsmittel, manchmal auch Alkohol, gelegentlich auch Cannabis zum Einschlafen. Natürlich raucht sie auch Zigaretten. Sie hat eine Playstation und spielt aus Langeweile sehr oft viele Stunden am Tag „Final Fantasy“.

Suchtstatistik

Statistische Erhebungen zur Suchtproblematik und zum Konsum psychoaktive Substanzen werden immer nur bestimmte Aspekte darstellen können. Allgemein interessant sind statistische Erfassungen von Trends und Tendenzen des Konsums z.B. im Rahmen von Umweltuntersuchungen (z.B. Substanznachweis im regionalen Abwasser), Steuer-, Handels- und Umsatzstatistiken, Kriminalstatistiken (z.B.), Befragungen und klinischen Studien. Es bleibt immer die Frage, wie und wie viel von der Realität sich statistisch erfassen lässt.

Empfehlenswerte Literatur:

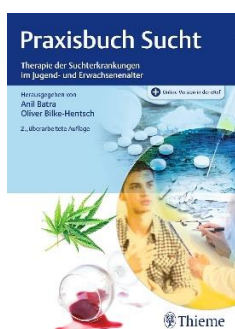


Ralf Schneider: Die Suchtfibel: Wie Abhängigkeit entsteht und wie man sich daraus befreit - 19,50€



Johannes Lindemeyer: Lieber schlau als blau: Entstehung und Behandlung von Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial

30,99 €



Anil Batra: Praxisbuch Sucht: Therapie der Suchterkrankungen im Jugend- und Erwachsenenalter

59.99 €



Meinolf Bachmann und Andrada El-Akhras: Lust auf Abstinenz: Ein Therapiemanual bei Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit

49,99 €

Kurs Konzept

Basis-Lehrgang:

Einführung in die Suchtmedizin

Kleine Fachkunde für Interessenten:

Begleitung von Menschen mit Suchtproblemen

1. Grundidee – Zielstellung:

- Süchte machen krank – aber bei den Problemen, an denen an süchtige Menschen leiden, können die professionellen Suchtmediziner und Suchttherapeuten oft nur wenig ändern.
- Für alle, die persönlich helfen wollen, ist es aber gut zu wissen, was die Suchtmedizin leisten kann.
- Gemeinsam mit den MedizinerInnen gelingt es denen, die helfen wollen, vielleicht besser, Betroffene „da abzuholen“, wo sie sind, und ihnen in ihrem Alltag neue Wege zur Gesundung zu öffnen. Hilfe und Selbsthilfe sollen dabei einander ergänzen.
- Bei diesem Brückenschlag kann dieser kurze Lehrgang „*Begleitung von Menschen mit Suchtproblemen*“ allen, die Menschen mit Suchtproblemen als Helfer begleiten wollen, einige wichtige Grundkenntnisse über die aktuellen Methoden, Möglichkeiten und Grenzen der Suchtmedizin vermitteln.
- Der Wunsch, gemeinsam für Suchtbetroffene wirksame individuelle Hilfen anzubieten und effektiv wirksam werden zu lassen, ist das Leitmotiv für die Entwicklung der Lernziele und Inhalte dieses Kurses, der von der Ostdeutschen Arbeitsgemeinschaft Suchtmedizin organisiert und durchgeführt wird.
- Die Teilnehmer erhalten nach dem interaktiven Abschlussforum eine Teilnahmebescheinigung – jeder Teilnehmer, der nach dem zur Supervision einen persönlichen „Hilfe-Fall“ in der Form eines schriftlichen oder Video-Berichts vorlegt erhält eine zusätzliche zertifizierte Bescheinigung der OAGS „Begleiter von Menschen mit Suchtproblemen“

2. Teilnehmer-Zielgruppen:

- Sozial- und Pflegeberufe,
- Angehörige, Mitglieder von Selbsthilfegruppen und andere (abstinente) Betroffene, hilfsbereite Menschen aus der Umgebung von Menschen mit Suchtproblemen,
- Studierende, Auszubildende

3. Inhalte (Kursbuch):

- (1) Allgemeine **Sucht-Grundlagen** (Problem-Beschreibung, Geschichte und Bedeutung, Rausch und Kriterien der Suchtentwicklung, Kontrolle und Selbstkontrolle, aktuelle Therapieansätze und Hilfemodelle). *(60 Minuten)*
- (2) Überblick: **Alkohol-Abhängigkeit** (riskantes, schädliches und abhängiges Trinken, Klinik des Alkoholismus, Behandlungsmotivation, Therapiemethoden, Abstinenzbegleitung) *(60 Minuten)*
- (3) Überblick: **Drogenabhängigkeit: Methoden der Suchtmedizin** (Diagnostik und Therapie von Suchtkrankheiten – kleine Substanzkunde, Wirkungen Rauschdrogen von, Klinik und Therapie, Substitutionsbehandlung) *(60 Minuten)*
- (4) **Forum Sucht** – Kolloquium, interaktives Lernprogramm – Fallbeispiele, Gespräche mit Patienten, Diskussion offener Fragen, auf Wunsch Praxisführung *(60 Minuten)*.

4. Fachliche Organisation und Durchführung:

Konzipiert, organisiert, durchgeführt und zertifiziert wird der Kurs von der OAGS

- durch suchtmmedizinisch qualifizierte und erfahrene Fachärzte (mit der Qualifikation Suchtmmedizinische Grundversorgung) und
- suchtttherapeutisch erfahrene Sozialpädagogen/ qualifizierte MFA (mit der Qualifikation Suchtmmedizinische Versorgung).

Halle (Saale), im April 2024