

Referat Kommunikation und Medien

Leitung:
Sigrid Wolff, Dipl.-Psychologin

Telefon: 06 21 17 03-1301, -1302, -1303
Telefax: 06 21 17 03-1305
E-Mail: sigrid.wolff@zi-mannheim.de
E-Mail: info@zi-mannheim.de
Internet: www.zi-mannheim.de

**Pressemitteilung
vom 08.10.2014**

**Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI): Trinkmengenreduktion - neues
Behandlungskonzept zur Minderung des Alkoholkonsums**

Die Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin führt ab Oktober ein ambulantes Therapieangebot zur schrittweisen Reduzierung des Alkoholkonsums ein. Das gruppentherapeutisch ausgerichtete Programm richtet sich an Alkoholabhängige im Frühstadium und an Menschen mit einem riskanten Alkoholkonsum, die sich eine vollständige Abstinenz von Alkohol derzeit nicht vorstellen können.

In Deutschland sind nach aktuellen Zahlen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ca. 1,6 Mio. Menschen alkoholabhängig. Weniger als 10% befinden sich jedoch gegenwärtig in einer Behandlung. Die Alkoholabhängigkeit ist eine Erkrankung, die alle gesellschaftlichen Schichten betrifft, aber oft nicht wahrgenommen wird, weil in unserer Gesellschaft viele Menschen „viel“ Alkohol trinken. Es fällt schwer, eine Grenze zwischen „normalem“ und „krankem“ Alkoholgebrauch zu definieren. Tatsächlich gibt es eine klare Grenze nicht, aber das Risiko, die Kontrolle über den eigenen Alkoholgebrauch zu verlieren steigt, je länger und je mehr Alkohol man trinkt. Diesem gleitenden Übergang von „hohem“ zu „schädigendem“ bis zum „abhängigem“ Alkoholkonsum wird die Empfehlung, immer die vollständige Abstinenz als Therapieziel anzustreben, nicht gerecht und viele Problemtrinker vermeiden das Thema, weil sie nicht bereit sind, ganz auf Alkohol zu verzichten.

Aus medizinischer Perspektive macht die Reduktion eines regelmäßigen Alkoholkonsums auf riskantem Niveau durchaus Sinn, da die Gefahr für alkoholbedingte Folgeerkrankungen und soziale Probleme mit der Trinkmenge deutlich ansteigt. Dieses riskante Alkoholniveau ist erreicht, wenn Männer mehr als 60 g Alkohol täglich konsumieren (z.B. drei Flaschen Bier á 0,5 Liter oder drei Gläser Wein á 0,2 Liter). Hier sollte vor der Frage, welches langfristige Therapieziel angestrebt wird, ein Versuch unternommen werden, mit psychotherapeutischer oder medikamentöser Unterstützung eine Trinkmengenreduktion zu erreichen.

Die Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin am ZI unter Leitung von Professor Falk Kiefer bietet aktuell ein Programm an, mit dem Ziel, Menschen eine Trinkmengenreduktion zu vermitteln, die bisher durch abstinenz-orientierte Therapieangebote nicht erreicht werden konnten. Dabei soll neben der Reduktion der Trinkmenge auch eine Minimierung von Folgeschäden erreicht werden. In Einzelfällen kann die Trinkmengenreduktion auch pharmakotherapeutisch unterstützt werden. Ein neu zugelassenes Medikament, bei dessen Entwicklung auch der inzwischen emeritierte Lehrstuhlinhaber für Suchtforschung, Professor Karl Mann, beteiligt war, kann die Trinkmengenreduktion in geeigneten Fällen unterstützen.

Das ZI bietet für Interessierte Beratungsgespräche an, bei denen gemeinsam mit einem Suchtmediziner abgeklärt wird, ob ein bereits länger bestehender Alkoholkonsum ein kritisches Niveau erreicht hat und ob eine Unterstützung notwendig ist. Ein erster Schritt für eine Abstinenz könnte die Reduktion der Trinkmenge sein und ein selbstverantwortlicher Umgang mit dem Alkohol. Abhängig von der Situation der Betroffenen werden individuelle Therapieziele erarbeitet. Wichtig ist dabei, dass dem Betroffenen die eigenen Konsummuster bewusst werden und die Selbstkontrolle erhöht wird. Bei der verbesserten Selbstbeobachtung helfen u.a. Trinktagebücher, die es dem Patienten ermöglichen, Konsummuster selbst zu erkennen und zu modifizieren. Die Dauer der Gruppentherapie beträgt 12 Wochen, pro Woche findet eine Sitzung von rund 90 Minuten statt. Durch das modular aufgebaute Konzept ist ein Einstieg jederzeit möglich. Interessierte könne sich in der Zentralambulanz des ZI unter der Telefonnummer 0621/1703-2850 informieren und anmelden.