

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 89 (2018)
Heft: 1: Sucht : gefährdet von der Jugend bis ins Alter

Artikel: Sucht ist ein gesellschaftliches Phänomen – jeden und jede kann es treffen : "Wenn der Konsum von Substanzen zu einer Krücke wird, ist er immer riskant"

Autor: Seifert, Elisabeth / Baumberger, Petra
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-834325>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Sucht ist ein gesellschaftliches Phänomen – jeden und jede kann es treffen

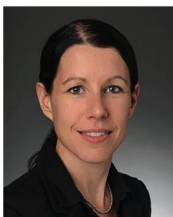
«Wenn der Konsum von Substanzen zu einer Krücke wird, ist er immer riskant»

Jede fünfte Person trinkt zu viel Alkohol. Viele Menschen konsumieren auch andere Substanzen. **Petra Baumberger*** vom Fachverband Sucht erläutert die Gründe – und plädiert für eine Entstigmatisierung des Konsums sowie mehr Wissen über schadenmindernde Konsumformen.

Interview: Elisabeth Seifert

Sie vertreten als Fachverband über 300 Suchthilfeorganisationen in der Schweiz. Steht es so schlimm um uns Schweizerinnen und Schweizer?

Petra Baumberger: Die Menge der Suchthilfeorganisationen ist vor allem Ausdruck eines gut ausgebauten Suchthilfesystems. Im Vergleich zu anderen Ländern haben wir ein sehr spezialisiertes System. Das ist auch historisch bedingt. Als Folge der Schnaps-Pest Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts sind viele alkoholspezifische Einrichtungen entstanden. Und in den 80er- und 90er-Jahren sind dann Einrichtungen rund um den illegalen Drogenkonsum hinzugekommen. Die Schweiz hatte zweimal einen besonders hohen Leidensdruck. Zurzeit besteht die Tendenz, die spezialisierten Suchthilfeangebote in die medizinische Grundversorgung zu integrieren.



***Petra Baumberger**, lic. phil. hist., 41, ist Generalsekretärin der Fachverbands Sucht. Der Verband vertritt die Interessen der Deutschschweizer Sucht-Fachorganisationen gegenüber Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit.

Die Entwicklung geht weg von der Spezialisierung?

Es gibt im Gesundheitswesen ganz allgemein den Trend hin zu einer sehr gut ausgebauten Grundversorgung, die punktuell durch Spezialisierungen ergänzt wird. Diese Entwicklung erklärt sich zum einen mit dem Spardruck im Gesundheitswesen. Im Suchtbereich kommt hinzu, dass es den reinen Alkoholiker oder den reinen Junkie je länger, desto weniger gibt. Viele Menschen konsumieren mehr als eine Substanz, und ein grosser Teil der abhängigen Menschen hat zudem eine psychische Erkrankung.

Nochmals: Sind wir eine Gesellschaft von Süchtigen?

Man muss unterscheiden zwischen jenen, die eine diagnostizierte Abhängigkeit haben, die als psychische Erkrankung gilt, und jenen mit einem Risikokonsum. Ein Risikokonsum ist dadurch definiert, dass jemand in irgendeiner Form sich selbst oder seinem Umfeld einen Schaden zufügt durch seinen Konsum. Risikokonsumenten können abhängig sein, müssen aber nicht. Vom Alkohol zum Beispiel sind rund 250 000 abhängig. Bedeutend mehr Menschen, nämlich rund 20 Prozent der Bevölkerung, haben einen Risikokonsum beim Alkohol. Längerfristig führt dieser mit einer hohen Wahrscheinlichkeit in eine Abhängigkeit, wenn nicht interveniert wird. Vor diesem Hintergrund ist es nicht unproblematisch, dass ein sehr hoher Prozentsatz der gefährdeten Menschen und auch der bereits Abhängigen nicht den Weg in ein Hilfesystem findet. Ein Teil dieser Menschen bräuchte professionelle Hilfe, aber die Hemmschwelle, diese zu beanspruchen, ist für viele zu gross.

Alkohol war und ist die Volksdroge Nummer 1...

Beim Tabak, der gerne ausgeklammert wird, wenn es um Sucht und Suchtmittel geht, ist die Risikokonsum-Gruppe mit 25 Prozent der Bevölkerung noch grösser als beim Alkohol. Im Unterschied zum Alkohol werden bei dieser Berechnung allerdings

sämtliche Raucherinnen und Raucher der Risikogruppe zugeordnet. Das ist unter Experten umstritten. Als Fachverband Sucht haben wir die Haltung, dass jede Substanz risikoarm konsumiert werden kann, auch Nikotin. Was sich aber sicher sagen lässt: Alkohol und Tabak haben nicht nur in der Schweiz, sondern weltweit die grössten Risikokonsum-Gruppen. Durchs Rauchen fügen sich die Menschen vor allem selbst einen Schaden zu, beim Alkohol kommen noch die ganzen Folgeerscheinungen dazu, wie Verkehrsunfälle oder Gewaltdelikte.

...jede Substanz kann risikoarm konsumiert werden, sagen Sie. Ist das nicht eine Verharmlosung?

Nikotin ist für den Körper vor allem dann schädlich, wenn man es als Tabakzigarette konsumiert, aufgrund des Verbrennungsprozesses, bei dem viele Schadstoffe entstehen. Zudem macht Nikotin schnell abhängig. Beim Alkohol kommt es auf die Menge an. Viele sagen, ein Glas pro Tag sei sogar gesundheitsfördernd. Davon würde ich mich distanzieren. Ein mässiger Alkoholkonsum muss aber andererseits auch nicht gesundheitsschädigend sein. Selbst Heroin an sich ist nicht sehr gefährlich für den Körper. Das Problem aber ist, dass man sehr schnell abhängig wird. Zudem war es eine Zeitlang sehr teuer, wurde stark gestreckt und hatte deshalb auch sehr rasch eine Verwahrlosung und einen körperlichen Abbau der Konsumenten zur Folge. Ich will Drogen oder andere Substanzen nicht verharmlosen oder

«Man kann nicht eindeutig sagen, jetzt wird der Genuss zum Risikokonsum»

gar für jeden völlig frei zugänglich machen. Es gibt natürlich Probleme.

Der Konsum von Cannabis ist gerade für sehr junge Menschen alles andere als harmlos...

Wenn ich sage, man kann jede Substanz risikoarm konsumieren, dann kommt es immer auf das Mass und die individuelle Disposition drauf an. Eine Substanz ist nicht für jeden Menschen gleich harmlos. Es gibt eine körperliche Veranlagung, die eine Suchtentwicklung begünstigen kann. Und ja, wenn sehr

junge Menschen über lange Zeit viel Cannabis mit einem hohen THC-Gehalt konsumieren, dann besteht eine gewisse Gefahr, an Schizophrenie oder Angststörungen zu erkranken. Es handelt sich hier aber um eine kleine Minderheit.

Wo ziehen Sie die Grenzen zwischen Genuss, Risikokonsum und Sucht?

Das sind fliessende Übergänge. Man kann nicht eindeutig sagen, jetzt wird der Genuss zum Risikokonsum. Da gibt es, wie gesagt, auch grosse individuelle Unterschiede. Viele wabern da so hin und her, realisieren, dass sie in Richtung Risikokonsum oder Abhängigkeit unterwegs sind und können wieder zum moderaten Konsum oder sogar zum Genuss zurückfinden. Andere hingegen entwickeln eine Abhängigkeit. Ein wichtiges Kennzeichen der Sucht ist, wenn man nicht mehr frei ist, darüber zu entscheiden, ob man konsumieren will oder nicht. >>



Als Genussmittel ist Alkohol unproblematisch. Gefährlich ist erst der übermässige Konsum. Daraus kann sich dann eine eigentliche Abhängigkeit entwickeln. In der Schweiz gelten 250 000 Menschen als alkoholabhängig.

Foto: Keystone

Suchterkrankungen spielen in der Psychiatrie eine wichtige Rolle

Sucht ist eine psychische Krankheit – und beschäftigt entsprechend die psychiatrischen Dienste. Wir haben nachgefragt im Zentrum für Abhängigkeiten im Kanton Baselland. Für die stationäre Behandlung betreibt das Zentrum zwei Fachabteilungen an der psychiatrischen Klinik in Liestal. Diese arbeiten eng zusammen mit mehreren Ambulatorien. Beim Thema Sucht gelte es zu unterscheiden zwischen Missbrauch, kritischem Konsum und der Abhängigkeit im psychiatrischen Sinn, sagt Bernhard Feineis. Er ist psychologischer Psychotherapeut am Ambulatorium in Münchenstein BL und begleitet seit 25 Jahren suchtkranke und suchtgefährdete Menschen.



«Bei Menschen mit Suchtproblemen ist die Fähigkeit zur Selbstregulation herabgesetzt.»

Bernhard Feineis,
psychologischer
Psychotherapeut
am Ambulatorium
Münchenstein BL.

Konkrete Schätzungen zu Suchterkrankten gibt es vor allem beim Alkohol und bei den Opiaten wie Heroin oder dem Heroin-Substitutionsmittel Methadon. 4 bis 5 Prozent der Bevölkerung haben in der Schweiz eine Alkoholabhängigkeit und ein Prozent eine Abhängigkeit von Opiaten. Bei diesen Zahlen handle es sich, so Feineis, um langjährige Durchschnittswerte. «Die Forschung über viele Jahre zeigt, dass die Anzahl von Abhängigkeitserkrankten relativ stabil ist.» Neben Alkohol und Opiaten gibt es «grössere Gruppen» von Suchterkrankten beim Nikotin sowie Medikamenten, hier vor allem bei den Benzodiazepinen. Bei Verhaltenssuchten wie Glücksspiel- oder Kaufsucht handle es sich indes um «kleine Gruppen». Immer wieder rücken einzelne Substanzen oder Verhaltensweisen in den Fokus der Öffentlichkeit. Dies erkläre sich mit gesellschaftlichen Phänomenen oder Entwicklungen, beobachtet der

Psychotherapeut. Opiate zum Beispiel waren schon vor 100 Jahren eine beliebte Substanz. «Die Abhängigen zeigten sich damals vor allem als Patienten.» Durch die offene Drogenszene in den 80er- und 90er-Jahren rund um den Zürcher Platzspitz drang die Drogenabhängigkeit ins allgemeine Bewusstsein. Wenn heute «nichtstoffliche Süchte» stärker thematisiert werden, dann vor allem, weil die Gesellschaft für diese Arten von Sucht sensibler geworden ist. Im Unterschied zu früher gebe es spezialisierte Strukturen für die Behandlung der Betroffenen. Jede Generation bringe dabei neue Arten von Verhaltensabhängigkeiten hervor. Ein Treiber ist die technologische Entwicklung.

Verbindung mit anderen psychischen Krankheiten

Neben der Abhängigkeitserkrankung beschäftigt die Psychiatrie die Verbindung von Sucht mit anderen psychiatrischen Krankheiten. Feineis: «Eine Sucht kann in Zusammenhang mit praktisch allen grossen psychiatrischen Krankheitsbildern auftreten.» Sucht meint hier vor allem die Abhängigkeit von Substanzen. Das Zusammenspiel ist dabei immer sehr individuell. Eine psychiatrische Erkrankung verstärke grundsätzlich die Vulnerabilität für eine Sucht, weil sich mit dem Konsum von Substanzen die Symptome verändern lassen. Eine psychische Erkrankung könne aber nicht mit einem Suchtmittel bewältigt werden, das Gegenteil sei vielmehr der Fall. Eine Abhängigkeit könne weiter eine andere Krankheit auch erst auslösen, insbesondere Persönlichkeitsstörungen. Die Behandlung von Patienten, bei denen sich eine Suchterkrankung mit einer anderen psychischen Krankheit verbindet, sei besonders anspruchsvoll. «Bei Menschen mit Suchtproblemen ist die Fähigkeit zur Selbstregulation herabgesetzt», erläutert der Psychotherapeut. Sie wollen oder können ihre Probleme häufig nicht erkennen. Das aber wäre für eine erfolgreiche Therapie unbedingt notwendig. Ihre Sucht bietet ihnen immer wieder kurzfristige Entlastung. Warum also sollen sie sich überhaupt behandeln lassen, lautet die Argumentation. Andere wiederum lassen sich therapieren, aber nur wegen ihrer Suchtprobleme. «Sie umgehen so die Einnahme spezifischer Medikamente wie Neuroleptika.» Damit aber werde weder das eine noch das andere Problem gelöst. (esf)

Hinzu kommen Entzugserscheinungen. Ein Zeichen von Sucht ist auch das Bedürfnis, immer mehr zu konsumieren.

Sehen Sie bei den verschiedenen Arten von Sucht eine zunehmende Tendenz?

Eine Zunahme ist vor allem beim Konsum vom Cannabis zu beobachten. Der Cannabiskonsum an sich darf unserer Meinung nach aber nicht einfach gleichgesetzt werden mit einem risikoreichen Cannabiskonsum und schon gar nicht mit einer Abhängigkeit.

Beim Cannabis beobachten Sie eine Zunahme. Können Sie das näher erläutern?

Seit einigen Jahren steigen die Konsumzahlen kontinuierlich an, vor allem bei den Jugendlichen. In der Schweiz ist Cannabis eine Droge der Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Das ist nicht überall so. In den USA zum Beispiel wird Cannabis vor allem von älteren Altersgruppen konsumiert und zudem vielfach zu medizinischen Zwecken. Diese Trends haben mit vielen verschiedenen Faktoren zu tun und lassen sich nicht so einfach erklären. Die Konsumzahlen sind in der Schweiz hoch, gerade auch im internationalen Vergleich. 30 Prozent der Bevölkerung haben irgendwann einmal Cannabis probiert. Das heisst aber nicht, dass sie regelmässig konsumieren. Cannabis wird meines Erachtens auch künftig auf diesem relativ hohen Niveau stabil bleiben. Das führt dazu, dass in der Beurteilung des im-

mer noch illegalen Cannabis eine Veränderung zu beobachten ist. Daran hat auch das legal auf dem Markt erhältliche Cannabidiol, CBD genannt, einen Anteil. CBD enthält kein THC, ist also nicht berauschend, hat aber eine beruhigende und entspannende Wirkung.

In der öffentlichen Debatte gewinnen Verhaltenssuchte wie Glücksspiel- und Onlinesucht, aber auch Kaufsucht oder Sexsucht immer mehr an Bedeutung. Stellen Sie eine Verlagerung fest, weg von Substanzen hin zu Verhaltenssuchten?

Die meisten Verhaltenssuchte bewegen sich von den Fallzahlen her auf einem relativ tiefen Niveau. Die Abhängigkeit von bestimmten Verhaltensweisen ist zudem noch wenig erforscht, man weiss wenig darüber. Wir stellen aber keine Verlagerung fest von den Substanzen zu den Verhaltenssuchten. Als Gesellschaft fokussieren wir heute stärker auf die Abhängigkeit von Verhaltensweisen. Die Sensibilisierung in unserer Gesellschaft ist höher. Beim Verhalten ist es dabei sehr schwierig zu sagen, wann etwas eine Sucht ist. Alles, was man exzessiv macht in seinem Leben, dient bis zu einem gewissen Grad einer Kompensation oder hat eine bestimmte Funktion, muss aber deswegen noch keine Sucht sein. Die Diagnostik ist im Bereich der Verhaltenssuchte noch sehr schwierig. Deswegen ist auch nur die Glücksspielsucht als Sucht im medizinisch-psychiatrischen Sinn anerkannt. Auch für die Online-Sucht gibt es noch keine allgemeingültige medizinische Definition.

Die Glücksspielsucht hat auch tatsächlich ein besonders hohes Gefährdungspotenzial?

Sorgen bereitet uns besonders, dass sich die Online-Glücksspiele immer mehr verbreiten. Diese sind in der Schweiz noch nicht legal, werden aber trotzdem gespielt. Mit dem neuen Geldspielgesetz werden sie nun legalisiert.

Man hat also das Kasino immer auf dem Handy dabei. Solche Online-Geldspiele führen viel schneller zu einer Abhängigkeit, als wenn man ins Kasino gehen oder am Kiosk einen Lottoschein ausfüllen muss. Das zeigen auch erste Studien. Wir stehen als Fachverband Sucht deshalb solchen Online-Glücksspielen sehr kritisch gegenüber.

Welches Suchtpotenzial hat der in unserer Gesellschaft zu beobachtende Trend zur psychischen und physischen Selbstoptimierung?

Um die geistigen Fähigkeiten zu erweitern, ist etwa bei Studierenden Ritalin oder auch Kokain ein Thema. Hier handelt es sich allerdings mehr um Missbrauch als um eine eigentliche Sucht. Die Konsumzahlen sind auch eher tief. Um ihren Körper scheinbar zu optimieren, entwickeln vor allem Frauen, aber auch Männer eine Magersucht. Beunruhigend ist, dass bereits viele Kinder mit ihrem Körper nicht zufrieden sind. Ein Ausdruck der Körperoptimierung ist auch die Fitness- und Muskelsucht, die mit einem Anabolika- und Medikamentenmissbrauch einhergehen und auch zu einer Abhängigkeit von solchen Substanzen führen kann. Alle diese Bereiche sind wenig erforscht. Auch die Einrichtungen der Suchthilfe sind noch wenig auf die Bedürfnisse der Betroffenen eingerichtet. Viele wissen nicht, wo sie Hilfe suchen können.

Wie wird unsere Gesellschaft in den kommenden Jahrzehnten Kick oder Entspannung suchen?

Die technologische Entwicklung wird in den nächsten 20 oder 30 Jahren zu ganz neuen Formen von Kick und Entspannung führen und damit auch die Art der Abhängigkeit verändern. Heute stehen immer noch die Substanzen im Vordergrund. Künftig dürften diese aber verstärkt durch das Abtauchen in eine virtuelle Realität ersetzt werden. Die Virtual-Reality-Brille oder ähnliche Geräte werden dazu beitragen, dass wir Entspannung nicht mehr mit Wein oder den Kick mit Kokain suchen, sondern vielmehr, indem wir uns in eine andere Welt versetzen. Diese Entwicklung ist nicht unbedingt negativ. Der Substanzkonsum führt ja oft zu einem körperlichen Abbau. Andererseits kann diese neue Form der Verhaltenssucht der sozialen Isolierung des Menschen noch mehr Vorschub leisten.

Wenn Sie in der Geschichte zurückblicken: Wie hat sich der Suchtmittelkonsum verändert?

Der Mensch hat zu jeder Zeit in jeder Kultur Substanzen konsumiert, das ist historisch sehr gut belegt. Über eine sehr lange Zeit hinweg waren solche Substanzen aber vor allem in einem rituellen Kontext von Bedeutung. Sie waren also nicht der alltägliche Begleiter der einzelnen Menschen. Ihr Konsum war vielmehr an spezielle Momente gebunden und damit auch an die Gemeinschaft. Das ist auch heute immer noch bei den Naturvölkern der Fall. Das ist ein sehr bewusster und gesunder Umgang mit Substanzen. In der modernen Welt gibt es den ritualisierten Konsum in dieser Form kaum noch. Wir konsumieren zu Hause oder in Kleingruppen, losgelöst von speziellen Momenten. Jeder konsumiert für sich und kann das jeden Tag tun. Wir pflegen quasi einen individualisierten Dauerkonsum. Hinzu kommt, dass wir aufgrund der

Globalisierung eine riesige Auswahl an verschiedenen Drogen haben. Mit der Individualisierung des Substanzkonsums geht auch eine andere Funktion einher.

Globalisierung eine riesige Auswahl an verschiedenen Drogen haben. Mit der Individualisierung des Substanzkonsums geht auch eine andere Funktion einher.

Vom Genuss weg – und hin zu einer Art Krücke?

Der Genuss spielt heute natürlich auch immer noch eine grosse Rolle. Und ein solcher Genusskonsum ist unproblematisch, das ist mir wichtig zu betonen. Mit einem übermässigen Konsum aber kompensieren wir irgendetwas, versuchen wir etwas zu bewältigen. Unzufriedenheit, Einsamkeit, Leistungsdruck oder andere Probleme. Wenn der Substanzkonsum zu einer Krücke wird, ist er immer riskant.

Sind bestimmte Altersgruppen besonders betroffen? Im Fokus stehen derzeit besonders alte Menschen...

Während früher der Fokus auf den Jugendlichen lag, rücken jetzt die Alten ins Zentrum. Das ist zurzeit gerade trendy. Dabei blendet man die grosse Masse aus: Beim Alkohol sind das Männer zwischen 35 und 65 Jahren. In dieser Gruppe pflegen viele einen risikoreichen Konsum. Und zudem gibt es unter ihnen auch eine grosse Anzahl von Abhängigen, gerade im Vergleich zu den Jugendlichen, bei denen die Fallzahlen von Abhängigkeit klein sind. Für eine Suchtentwicklung braucht es nämlich eine gewisse Zeit.

>>

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw **Gesundheit**

**Zum Beispiel:
MAS Schmerz-
management**

Fit für weitere Karriereschritte

Weiterbildungen für Fachpersonen aus dem
Gesundheits- und Sozialwesen: berufsbegleitend,
praxisnah, wissenschaftlich fundiert.

CAS – DAS – MAS

Schritt für Schritt zu einem
Certificate, Diploma oder
Master of Advanced Studies

Sämtliche Angebote:

zhaw.ch/gesundheit/weiterbildung

CURAVIVA **weiterbildung**

Praxisnah und persönlich.

impuls work kompakt shop austausch

Frauensprache – Mönnersprache

Unterschiede beachten,
einander verstehen

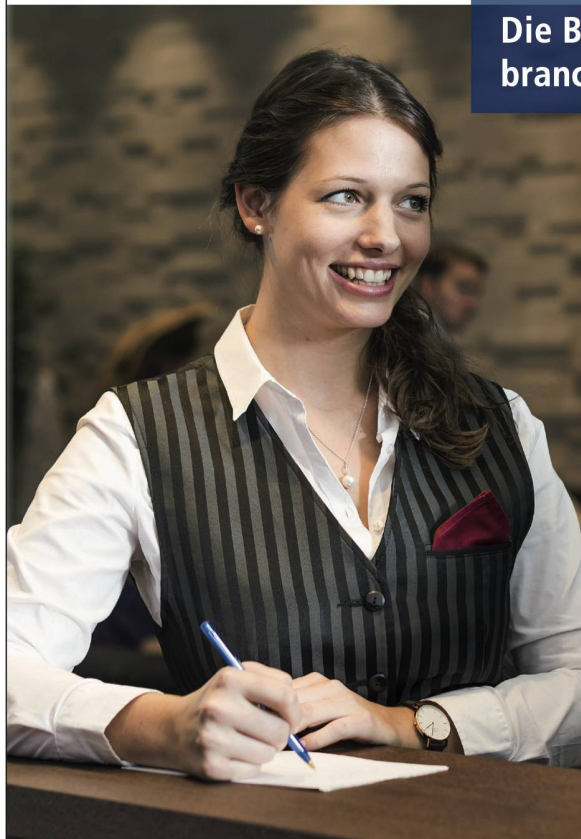
31. Januar 2018, Zürich

www.weiterbildung.curaviva.ch/impulsworkshops

hotelbildung.ch
hotelleriesuisse

Karriere in der Hotellerie

Die Bildungsplattform von hotelleriesuisse für
branchenanerkannte Aus- und Weiterbildungen



Aktuelle Weiterbildungsangebote:

Englisch Sprachkurse (Diverse Kurse 2018)
www.hotelbildung.ch/eia

e-Hotemarketing 2018 (Kursstart: 10.04.2018)
www.hotelbildung.ch/e-hotemarketing

Leading Front Office to Excellence (Kursstart: 10.04.2018)
www.hotelbildung.ch/frontoffice

Reception@hotelleriesuisse (Kursstart: September 2018)
www.hotelbildung.ch/reception

Nachdiplomstudium HF Hotelmanagement
(Infoanlässe im Sommer 2018)
www.hotelbildung.ch/nds

Weitere Informationen rund um das vielfältige Aus- und Weiter-
bildungsangebot von hotelleriesuisse finden Sie auf:
www.hotelbildung.ch

NEU!

hotelleriesuisse
Swiss Hotel Association

hotelleriesuisse
Monbijoustrasse 130
Postfach
CH-3001 Bern
Telefon +41 31 370 41 11
Telefax +41 31 370 44 44
bildung@hotelleriesuisse.ch
www.hotelbildung.ch

...zu den älteren Menschen: Wie sieht es hier mit den Abhängigkeitszahlen aus?

Beim Alkohol sind die Abhängigkeitszahlen im Alter tatsächlich am höchsten. Und zwar bei Männern ab 75 Jahren. Auch die Abhängigkeit von Medikamenten nimmt im Alter zu, was aufgrund des krankheitsbedingten Medikamentenkonsums nicht überraschend ist. Die vermehrte Abhängigkeit von Beruhigungs- und Schlafmitteln ist vor allem bei älteren Menschen und bei Frauen zu beobachten. Beim Tabak hingegen gehen die Konsumzahlen zurück, je älter die Menschen werden. Viele hören damit bereits auf, wenn sie eine Familie gründen.

Wie erklären Sie sich den hohen Alkoholkonsum im Alter?

Nach der Pensionierung fangen viele an, mehr zu konsumieren, und das kann dann über die Jahre zu einer Abhängigkeit führen. Zu Beginn handelt es sich oft um Genusskonsum, der aber laufend ausgedehnt wird. Der Alkoholkonsum im Alter kann zudem dazu dienen, den Verlust an Mobilität oder das Einsamkeitsgefühl zu bewältigen. In der Präventionsarbeit wusste man lange Zeit nicht, wie man mit dem Alkoholproblem im Alter umgehen soll. Soll man betagten Menschen die Freude am Alkohol nehmen? Haben alte Menschen andererseits nicht das gleiche Recht auf Behandlung und Prävention wie junge Menschen? Aufgrund solcher Fragen und einer noch geringen Sensibilität dieser Altersgruppe gegenüber haben sich Fachleute lange Zeit nicht um Suchtprobleme bei alten Menschen gekümmert.

Unabhängig vom Alter: Beim Alkohol und beim Tabak verzeichnen wir in der Schweiz seit Jahren gleichbleibend hohe Konsumzahlen. Müssen wir damit leben?

Wir könnten im Rahmen gesetzlicher Regelung viel mehr machen. Hinzu kommen Massnahmen der Schadensminderung, auch da lässt sich mehr machen. Nikotin und Alkohol haben eine extrem hohe Schadenslast – für das betroffene Individuum, nahestehende Personen und die ganze Gesellschaft. Allein der übermässige Alkoholkonsum führt Jahr für Jahr zu einem volkswirtschaftlichen Schaden von 42 Milliarden Franken.

Die Gesetzgebung in der Schweiz ist Ihnen zu liberal?

Man weiss heute, dass gesetzliche Regelungen mehr bringen, als dem Individuum ein gesünderes Konsumverhalten beibringen zu wollen. Bei der Tabakregulierung sind wir eines der liberalsten Länder in Europa. Der Tabak verfügt über eine sehr starke Lobby. Australien zum Beispiel hat eine sehr fortschrittliche Tabakprävention. Es gibt dort keine Tabakwerbung. Australien hat denn auch sehr tiefe Konsumzahlen. Preisliche Massnahmen sind ebenfalls sehr wirkungsvoll, dadurch ist zum Beispiel in England der Konsum stark zurückgegangen.

In der Alkoholgesetzgebung ist zurzeit eher eine Deregulierung zu beobachten...

Ja, das ist so. Unter anderem hat das Parlament eine Motion zum Verkauf von Alkohol an Autobahnraststätten gutgeheissen. Erwähnen möchte ich auch eine parlamentarische Initiative zur Aufhebung der Biersteuer. Viele Massnahmen aus dem Paket

«Via Sicura» werden zudem wieder rückgängig gemacht oder erst gar nicht umgesetzt.

Andererseits ist in der Schweiz Cannabis immer noch illegal...

Es braucht eine Annäherung zwischen der Regulierung illegaler und legaler Substanzen. Das Verbot bestimmter Drogen wie zum Beispiel Cannabis müsste man aufheben, und bei den heute legalen Drogen bräuchte es eine stärkere Regulierung. Beim Cannabis ist die Legalisierung eine Frage der Zeit. Hier stellen wir ein Umdenken fest. Der Konsum von Cannabis ist mehrheitsfähig geworden, nicht zuletzt mit dem CBD. CBD-Konsumenten stammen oft aus anderen Altersgruppen als die klassischen Cannabiskonsumenten.

Wie müsste ein wirksame Prävention aussehen?

Die Substanzen sollten alle legal sein und gemäss ihrem Gefährdungspotenzial reguliert werden. Sehr gefährliche Substanzen dürfen zum Beispiel auf keinen Fall an jedem Kiosk erhältlich sein. Es braucht bei allen Substanzen Altersgrenzen, auch maximale Einkaufsmengen. So wie hochprozentiger Alkohol nur für Erwachsene erhältlich ist, dürfte auch Cannabis mit einem entsprechenden THC-Gehalt nicht an Jugendliche abgegeben werden. Wenn man vom Gefährdungspotenzial ausgeht, müssten Alkohol und Tabak am stärksten reguliert werden, vor dem harmloseren Cannabis zum Beispiel und auch vor Ecstasy.

Sie haben Massnahmen der Schadensminderung angesprochen. Was meinen Sie damit?

Das Prinzip der Schadensminderung kennt man aus der Drogenpolitik, wo es sehr gut funktioniert. Beim Alkohol bedeutet es, dass man Menschen dazu befähigt, kontrolliert zu trinken. In

der Fachwelt ist das ein anerkanntes Prinzip. Beim Nikotin eignen sich E-Zigaretten zur Schadensminderung. Diese können ohne Tabak konsumiert werden. Das neue Tabakproduktegesetz sieht vor, dass die Ampullen mit Nikotin auch in der Schweiz verkauft werden können. Auch beim Cannabis gibt es mit dem Verdampfer eine tabakfreie Variante. So lange eine Substanz illegal ist, ist es schwierig, mit den Konsumenten zu reden und ihnen schadensmindernde Konsummöglichkeiten zu zeigen.

Die Abstinenz, wie sie von Organisationen der Tabakprävention und vom blauen Kreuz gefordert wird, lehnen Sie ab...

Der erwachsene Mensch muss die Freiheit haben, zu entscheiden, ob er konsumieren will und was er konsumieren will. Aber er muss einen informierten Entscheid treffen können. Es braucht dafür aus unserer Sicht mehr Information und mehr Wissen über schadensmindernde Konsumformen. Zudem braucht es auch eine Entstigmatisierung des Konsums, egal ob es sich dabei um den Genuss- oder den Risikokonsum oder eine Sucht handelt. Das Tabu, darüber zu reden, ist heute immer noch wahnsinnig gross. Deshalb dauert es oft viel zu lange, bis jemand Hilfe sucht. Sehr hilfreich wären deshalb ähnliche Kampagnen, wie wir sie beim Thema psychische Gesundheit kennen. Jeden und jede kann es treffen, lautet dort das Motto. Das ist auch bei einer Sucht der Fall. Sucht kann quasi jedem passieren. ●

«Lange Zeit haben sich Fachleute nicht um Suchtprobleme bei alten Menschen gekümmert.»