

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 35 (2009)

**Heft:** 6

**Artikel:** Benzodiazepine : Sensibilisierung gegen die stille Sucht

**Autor:** Crotti, Cristina

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800643>

### **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:** 13.11.2025

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

# Benzodiazepine – Sensibilisierung gegen die stille Sucht

**Medikamentenabhängigkeit gehört zu den meistverbreiteten Suchtformen. Prävention ist schwierig, weil sich der Konsum oftmals im Verborgenen abspielt. Daher soll die öffentliche Information und Diskussion zwischen Fachleuten und (potenziell) Betroffenen gefördert werden.**

## Cristina Crotti

lic.phil.I., Soziologin, dipl. Organisationsentwicklerin und Coach, Co-Leiterin der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamentenmissbrauchs ZüFAM, Langstrasse 229, Postfach, CH-8031 Zürich, Tel. +41(0)44 271 87 23, c.crotti@zuefam.ch, www.zuefam.ch

### Ein tabuisiertes Problem

Die Mehrheit der problematischen, benzodiazepinhaltigen Medikamente fällt in eine der Kategorien Schlaf-, Schmerz- oder Beruhigungsmittel und wird vorwiegend von Frauen eingenommen.<sup>1</sup> Besonders gefährdet sind Frauen in der zweiten Lebenshälfte, bei denen sich einschneidende Lebensereignisse wie der Wegzug der Kinder, die eigene Pensionierung oder der Verlust des/der Lebenspartners/-in in Form von Schlafstörungen, Schmerzen oder psychischen Belastungen zeigen können. Oft folgt daraufhin die ärztliche Verschreibung benzodiazepinhaltiger Medikamente, wodurch in der Regel die sozialen Ursachen nicht behoben werden.

Der Konsum benzodiazepinhaltiger Arzneimittel erfolgt zumeist im Privaten, fällt in der Öffentlichkeit nicht auf und wird somit kaum als problematisches Verhalten thematisiert. Medikamentenkonsum und -sucht lassen sich gut verbergen.

Die grosse Herausforderung für die Prävention ist es daher, eine im privaten Raum «beheimatete» Sucht öffentlich zu thematisieren. Dabei ist eine Differenzierung zwischen sinnvollem und missbräuchlichem Konsum oftmals schwierig zu vermitteln.

### Vielfältige Zielgruppen der Prävention

Für die Sensibilisierungsarbeit kristallisieren sich zwei Hauptzielgruppen heraus: ÄrztInnen und ApothekerInnen (Verfügbarkeit und Zur-Verfügung-Stellen) sowie KonsumentInnen (Aufklärung über das Suchtpotenzial und die gesundheitlichen Auswirkungen).

Die Gruppe der KonsumentInnen weist eine beträchtliche Vielfalt hinsichtlich verschiedener Kriterien auf (Alter, Geschlecht, Bildung, kulturelle Traditionen etc.). Für die Prävention erfordert dies ein differenziertes Vorgehen, gerade in Bezug auf die Erreichbarkeit der einzelnen Personen. Bei MigrantInnen geht es u.a. um die Wahl zielführender Zugangswege und die Überwindung sprachlicher Barrieren. Ebenso ist interkulturelles Know-how – auch hinsichtlich des Umgangs mit Medikamenten – vonnöten. Denn das Spektrum reicht von MigrantInnen, welche übermässig und unnötigerweise Medikamente konsumieren, bis zu solchen,

die trotz korrekter und sinnvoller ärztlicher Verschreibung Zurückhaltung üben und weniger als die verordnete Dosis einnehmen oder die Tabletten eigenständig zu früh absetzen.

### Schwerpunkte der Sensibilisierung

#### ÄrztInnenschaft und ApothekerInnen

Da die Medikamente mit dem grössten Suchtpotenzial rezeptpflichtig sind und somit der ärztlichen Verschreibung bedürfen, hat die ÄrztInnenschaft aus präventiver Sicht eine ganz entscheidende Stellung. Manche unter ihnen – wie auch die Betroffenen selbst – wissen wenig über die Folgen einer langfristigen Einnahme von Benzodiazepinen. Erschwerend kommt hinzu, dass bei dieser Suchtform äusserlich kaum Veränderungen wahrnehmbar sind. Intoxikationserscheinungen bleiben so nicht selten unentdeckt und Benzodiazepinabhängige fallen jahrelang nicht auf.<sup>2</sup> Daher hat die korrekte ärztliche Verschreibungspraxis erste Priorität. Voraussetzung dafür ist ein genügend grosses Wissen seitens der ÄrztInnen. So werden körperliche und/oder emotionale Veränderungen bei Frauen zu Beginn der dritten Lebensphase oftmals falsch interpretiert und medikamentös behandelt, obwohl nicht immer eine medizinische Notwendigkeit besteht. Wichtig ist auch, dass ÄrztInnen sich ihrer zentralen Funktion als Kontroll- und Steuerinstanz bewusst sind und ihr Handeln entsprechend ausrichten.

In diesem Zusammenhang fällt auch den ApothekerInnen eine wichtige Rolle zu. Das Betäubungsmittelgesetz verpflichtet ÄrztInnen, bei der Verschreibung von Medikamenten mit hohem Abhängigkeitspotenzial die verordnete Dosierung und Einnahmedauer auf dem Rezept zu notieren. In den Apotheken muss kontrolliert werden, ob das Rezept alle notwendigen Angaben enthält. Bezieht jemand über längere Zeit ein solches Medikament oder wird ständig die Dosis erhöht, sollte die ärztliche Fachperson informiert werden. Deshalb ist ein verbessertes Zusammenspiel von ApothekerInnen und ÄrztInnen ein zentrales Anliegen, welches die ZüFAM in der Prävention des Medikamentenmissbrauchs verfolgt. Ziele sind die Verbesserung der Verschreibungs- und Abgabequalität sowie eine erhöhte Sensibilität betreffend Schlaf- und Beruhigungsmitteln mit hohem Suchtpotenzial.

So nahm die ZüFAM am 18. Interaktiven Hausärztenachmittag (19.11.2009) teil, einer gemeinsamen Fortbildung des Vereins Hausärzte Stadt Zürich VHZ und des Universitätsspitals Zürich. Die ZüFAM veranstaltete einen Workshop zum Thema Benzodiazepin-Abhängigkeit im Alter. Themen waren die psychosozialen

Ursachen der Sucht (Wer ist wieso davon betroffen?), Vorbeugemassnahmen, Folgeprobleme der Benzodiazepineinnahme, Alternativen dazu sowie das Vorgehen bei einer bestehenden Abhängigkeit. ÄrztInnen berichteten dabei von einem teils erheblichen Druck von PatientInnen, die seit geraumer Zeit Schlafmittel konsumieren und diese weiter konsumieren möchten. Auf Interesse stösst der Ansatz, nach sozialen Ursachen eines inadäquaten Medikamentenkonsums zu fragen. Darauf aufbauend können dann alternative entlastende Massnahmen zum Medikamentenkonsum aufgezeigt werden (z. B. zur Stresslinderung).

Eine weitere Vernetzungsaktivität der ZüFAM war die Fokusgruppensitzung mit ApothekerInnen (9.11.2009). Das Thema war der Vergleich zwischen Ist- und Soll-Situation. Es ging um Fragen wie ApothekerInnen auf unvollständige ärztliche Verschreibungen reagieren sollen (z. B. Rücksprache mit dem Arzt nehmen), welche Information via Apotheken verbreitet werden können oder welche Weiterbildungen zur Gesprächsführung mit betroffenen KundInnen nötig sind. So bestand Konsens darüber, dass bei KundInnen der Apotheken ein grosser Informationsbedarf besteht und dass eine Sensibilisierung in Bezug auf Benzodiazepine sowohl bei betroffenen Berufsgruppen als auch bei der Politik nötig ist.

### Alten- und Pflegeheime

Die Altenhilfe ist ein weiterer Bereich, in dem unter den Fachleuten und Verantwortlichen eine erhöhte Sensibilisierung angestrebt werden soll. Gemäss Studien<sup>3</sup> gibt es Indizien, dass bei Personalmangel des öfteren Schlaf- und Beruhigungsmittel zur Ruhigstellung von BewohnerInnen bzw. PatientInnen eingesetzt werden. Dies ist nicht nur unter ethischen Gesichtspunkten problematisch, sondern die durch Benzodiazepin bedingte Muskelentspannung erhöht z. B. die Sturzgefahr, was gerade bei betagten Personen häufig gravierende Folgen haben kann. Die ZüFAM engagiert sich in der Altenhilfe durch die Unterstützung von Prozessen zur Handlungsfindung. So werden beispielsweise Führungsteams von Seniorenresidenzen bei der Formulierung von Leitlinien für den Umgang mit suchtmittelabhängigen BewohnerInnen begleitet. Ziel ist es, eine klare und einheitliche Haltung zu Handen aller MitarbeiterInnen zu entwickeln. Anschliessend gilt es, die Mitarbeitenden insbesondere für die (frühzeitige) Wahrnehmung und den adäquaten Umgang mit der Suchtproblematik zu schulen, Abläufe sowie Schnittstellen zu klären und schliesslich auch die BewohnerInnen selbst im Rahmen eines Forums zum Thema «Sucht im Alter» mit einzubeziehen. Wichtig ist gerade in diesem Kontext, stets zwischen sinnvoller und notwendiger Einnahme von Medikamenten und deren missbräuchlicher Verwendung zu unterscheiden.

### Publikationen

Die Broschüre «Suchtprobleme im Alter – es gibt Lösungen!» (siehe Kasten) richtet sich an Fachpersonen aus der Altenhilfe. Aktueller ist die Broschüre «Alkohol und Medikamente beim Älterwerden. Informationen für Personen ab 60 Jahren und ihr Umfeld» und das Faltblatt «Medikamente beim Älterwerden» mit den wichtigsten Kurzinformationen. Diese in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA entstandenen Publikationen richten sich in erster Linie an von Alkohol- und/oder Medikamentenabhängigkeit direkt Betroffene sowie diesen nahe stehende Personen. Die Broschüre kann von Fachleuten aus den verschiedensten Teilbereichen der Altenhilfe abgegeben werden und unterstützt deren Arbeit. Begrüssenswert wäre es, wenn die Broschüre in Institutionen zudem Anstoss zur Erarbeitung einer klaren Haltung in Bezug auf den Umgang mit Alkohol und Medikamenten, z. B. den Alkoholausschank – gerade bei Medikamente konsumierenden betagten Personen – geben würde.

Bereits vor einigen Jahren gab die ZüFAM in Zusammenarbeit mit der Stiftung Berner Gesundheit die Zeitschrift *Bella donna* heraus, die vom Stil her einer Illustrierten gleich und inhaltlich eine Mischung zwischen Unterhaltung und fundierten Präventionsinhalten zum Medikamentengebrauch und -missbrauch bot.<sup>4</sup> Durch diesen niederschweligen Zugang – Verbreitungskanäle waren u. a. Coiffeursalons, Grossverteiler, Poststellen, Arztpraxen, Apotheken und regionale Suchtpräventions- und -beratungsstellen – sollten sonst eher schwierig zu erreichende Frauen für das Thema interessiert werden.

Weiter produzierte die ZüFAM in Zusammenarbeit mit der Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung FISP im vergangenen Jahr den Film «Benzo & Co» sowie die Broschüre «Schlaf- und Beruhigungsmittel: Die Risiken», welche in einem Dutzend Sprachen erhältlich sind. Diese Kombination macht deshalb Sinn, weil der Film in verschiedenen Kontexten, z. B. im Rahmen des Projektes *FemmesTische*<sup>5</sup> oder in Vereinen gezeigt und diskutiert werden kann. Dadurch wird der Medikamentenmissbrauch zu einem – je nach Rahmen – halböffentlichen oder gar öffentlichen Thema, was ein Stück weit zur Enttabuisierung beiträgt. Zugleich wird die Isolation der Betroffenen durchbrochen. Wichtig ist, dass die Materialien «alltagstauglich» sind und den Betroffenen bzw. Gefährdeten konkret weiterhelfen können.

### Ein kurzer Ausblick

Die Sensibilisierung für Medikamentensucht muss in den nächsten Jahren weiter verstärkt werden. Damit dies gelingt, ist eine fortschreitende Vernetzung und Zusammenarbeit mit allen Beteiligten – bezüglich Verschreibung, Abgabe und Einnahme – nötig.

Die Trennung von Verschreibung und Abgabe der Medikamente erscheint begrüssenswert, da dadurch dem Konsum eine (weitere) kompetente Kontroll- und Beratungsinstanz vorgeschaltet wird. Auch sollte über eine Verschärfung auf Ebene des Betäubungsmittelgesetzes nachgedacht werden. Denkbar wären allenfalls striktere Abgabekriterien, ähnlich der Verschreibungspraxis bei Morphin.

In jedem Fall muss der Medikamentenmissbrauch auf allen Ebenen, der individuellen, institutionellen und strukturellen, thematisiert werden, um den Anliegen der Prävention gerecht zu werden. ●

### Publikationen zum Thema

*Alkohol und Medikamente beim Älterwerden. Informationen für Personen ab 60 Jahren und ihr Umfeld. Lausanne: SFA/ZüFAM 2009 (erscheint im Dezember 2009). Bestellungen: buchhandlung@sfa-ispa.ch*  
*Schlaf- und Beruhigungsmittel: DIE RISIKEN. Zürich: ZüFAM 2008. Bestellungen: info@zuefam.ch, Download: www.tinyurl.com/migesplus*  
*Vom Umgang mit Medikamenten: BENZO & CO (DVD). Zürich: ZüFAM 2008. Bestellungen: info@zuefam.ch*  
*Suchtprobleme im Alter – es gibt Lösungen! Eine Präventionsbroschüre für Pflege-, Betreuungs- und Beratungsfachleute mit Kontakt zu älteren Menschen. Zürich: ZüFAM 2007. Bestellungen: info@zuefam.ch*

### Literatur

Fuchs, A. (2008): Der Blick auf Frauen und ihre Kinder: Gesund sein – gesund bleiben. *SuchtMagazin* 34(4): 36-38.  
Holzbach, R. (2000): Benzodiazepinabhängigkeit. *Abhängigkeiten* 6(2): 5-16.  
Schnoz, D./Salis Gross, C./Grubenmann, D./Uchtenhagen, A. (2006): Alter und Sucht. Recherche und Dokumentation zu evaluierten Interventionen. Forschungsbericht ISFG Nr. 0221. Zürich.

### Endnoten

- 1 Vgl. den Artikel von Maffii in dieser Ausgabe des *SuchtMagazin*.
- 2 Vgl. Holzbach 2000.
- 3 Vgl. Schnoz/Salis Gross/Grubemann/Uchtenhagen 2006.
- 4 Download unter [www.zuefam.ch/pdf/belladonna.pdf](http://www.zuefam.ch/pdf/belladonna.pdf)
- 5 Vgl. Fuchs 2008.