

Esther Tox

Nüchtern betrachtet...Unterlagen zum Blog

Infos zu Alkoholismus

Trinkst Du noch oder säufst Du schon?

Was ist Alkoholismus?

- ◇ Die **Alkoholkrankheit** ist die Abhängigkeit von der psychotropen Substanz Ethanol.
- ◇ Der schwedische Arzt **Magnus Huss** definierte im Jahr **1849** als erster den von ihm geprägten Begriff Alkoholismus als Krankheit.
- ◇ **Elvin Morton Jellinek**, der zeitweise für die WHO arbeitete, setzte sich **1951** mit seiner, durch die Arbeit mit den Anonymen Alkoholikern inspirierten Ansicht weltweit durch, dass Alkoholismus eine Krankheit sei.
- ◇ Aufnahme in ICD 10 Katalog **1968**
- ◇ ICD-10 unterscheidet
 - ◇ zwischen Abhängigkeitssyndrom (F10.2)
 - ◇ schädlichem Gebrauch von Alkohol/Alkoholmissbrauch (F10.1)

Was ist ICD 10?

- ◇ International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems
- ◇ Wichtigstes, weltweit anerkanntes Klassifikationssystem für medizinische Diagnosen



ICD 10 Kriterien

- ◇ **Starkes oder zwanghaftes Verlangen, Alkohol zu konsumieren**
- ◇ **Verminderte Kontrollfähigkeit bezüglich Menge, Beginn oder Ende des Konsums**
- ◇ **Körperliche Entzugerscheinungen bei Konsumstopp oder Konsumreduktion**
- ◇ **Nachweis einer Toleranz**
- ◇ **Einengung des Denkens auf Alkohol**
- ◇ **Anhaltender Substanzkonsum trotz gesundheitlicher und sozialer Folgeschäden**

Mindestens 3 müssen im letzten Jahr vorhanden gewesen sein, dann spricht man von Abhängigkeit.

Alkoholismus in Deutschland

- ◇ **73.000 vorzeitige Todesfälle durch Alkohol (DHJS)**
- ◇ **Nach aktuellen Schätzungen gibt es zwischen 1,3 und 2,5 Millionen alkoholabhängige Menschen in Deutschland, davon 30 Prozent Frauen.**
- ◇ **Etwa 9,5 Millionen Menschen konsumieren Alkohol in riskanter (gesundheitsgefährdender) Weise, nehmen also mehr als 24 g (Männer) bzw. 12 g (Frauen) reinen Alkohol pro Tag zu sich.**

Durchschnittlicher pro Kopf Konsum reiner Alkohol in Europa

(Personen ab 15 Jahre) im Vergleich/ Quelle 2005 WHO



Quelle:
<https://de.wikipedia.org/wiki/Alkoholkrankheit>

Das kleine Alki- Quiz

Esther Tox

Das kleine Alki-Quiz

In welcher dieser Süßigkeit ist **kein** Alkohol enthalten?

Haribo Weingummi

Milka Tender

Mozartkugeln

Marzipan

Das kleine Alki-Quiz

In welcher dieser Süßigkeit ist **kein** Alkohol enthalten?

Haribo Weingummi

Milka Tender

Mozartkugeln

Marzipan

Das kleine Alki-Quiz

Wieviele Prozent der abhängigen gehen den „Königsweg“ der Suchthilfe?

- 10%**
- 1%**
- 0,1%**
- weniger**

Das kleine Alki-Quiz

Wieviele Prozent der abhängigen gehen den „Königsweg“ der Suchthilfe?

- 10%**
- 1%**
- 0,1%**
- weniger**

Das kleine Alki-Quiz

Wieviele Kinder wachsen in Deutschland in Familien mit Alkoholkranken Eltern auf?

- Jedes zweite**
- Jedes sechste**
- Jedes zwölfte**
- Jedes zwanzigste**

Das kleine Alki-Quiz

Wieviele Kinder wachsen in Deutschland in Familien mit Alkoholkranken Eltern auf?

- Jedes zweite
- Jedes sechste**
- Jedes zwölfte
- Jedes zwanzigste

Das kleine Alki-Quiz

Welches Ereignis fand früher statt?

- Frauen bekamen in der Schweiz das Wahlrecht**
- Alkoholismus wurde als Krankheit anerkannt**

Das kleine Alki-Quiz

Welches Ereignis fand früher statt?

- Frauen bekamen in der Schweiz das Wahlrecht**
- Alkoholismus wurde als Krankheit anerkannt**

Das kleine Alki-Quiz

Alkoholismus kommt vor allem in sozial schwächeren Schichten vor.

wahr

falsch

Das kleine Alki-Quiz

Alkoholismus kommt vor allem in sozial schwächeren Schichten vor.

wahr

falsch

Das kleine Alki-Quiz

Anteile der Personen mit **mindestens missbräuchlichem** Alkoholkonsum in Deutschland

Sozialer Status	Männer	Frauen
Niedriger Sozialstatus	19%	9%
Mittlerer Sozialstatus	17%	12%
Hoher Sozialstatus	20%	21%

Lesebeispiel: 21% der Frauen mit einem hohen sozialen Status trinken mindestens missbräuchlich Alkohol (mehr als 10g reinen Alkohol/Tag), bei den Frauen mit niedrigem sozialen Status sind dies 9%.

Das kleine Alki - ABC

Esther Tox

Das kleine Alki-ABC

- ◇ **A Angehörige**
- ◇ **B Betäubt**
- ◇ **C Craving**
- ◇ **D Drogen**
- ◇ **E Entspannung
/Einrichtung**
- ◇ **F Fortschritt**
- ◇ **G Gesundheit**
- ◇ **H Hilfe**
- ◇ **I ICD 10**
- ◇ **J Jugend**
- ◇ **K Krankheit
(KO Morbidität)**
- ◇ **L Lebensfreude**
- ◇ **M Motivation**
- ◇ **N Nikotin**
- ◇ **O Offenheit**
- ◇ **P Paradoxe Weg**
- ◇ **Q Quälen**
- ◇ **R Rezeptoren**
- ◇ **S SHG**
- ◇ **T Therapie/Trigger/
Trauma/Trauer**
- ◇ **U Unverständnis/**
- ◇ **V Verlust**
- ◇ **W Willensstärke**
- ◇ **X Xanax**
- ◇ **Y Yeah**
- ◇ **Z Zufriedenheit**
- ◇ **?**

Das kleine Alki-ABC

- ◇ **A Angehörige**
- ◇ **B Betäubt**
- ◇ **C Craving**
- ◇ **D Drogen**
- ◇ **E Entspannung
/Einrichtung**
- ◇ **F Fortschritt**
- ◇ **G Gesundheit**
- ◇ **H Hilfe**
- ◇ **I ICD 10**
- ◇ **J Jugend**
- ◇ **K Krankheit
(KO Morbidität)**
- ◇ **L Lebensfreude**
- ◇ **M Motivation**
- ◇ **N Nikotin**
- ◇ **O Offenheit**
- ◇ **P Paradoxe Weg**
- ◇ **Q Quälen**
- ◇ **R Rezeptoren**
- ◇ **S SHG**
- ◇ **T Therapie/Trigger/
Trauma/Trauer**
- ◇ **U Unverständnis/**
- ◇ **V Verlust**
- ◇ **W Willensstärke**
- ◇ **X Xanax**
- ◇ **Y Yeah**
- ◇ **Z Zufriedenheit**
- ◇ **?**

Jellinek Schema

Esther Tox

Typologie nach Jellinek

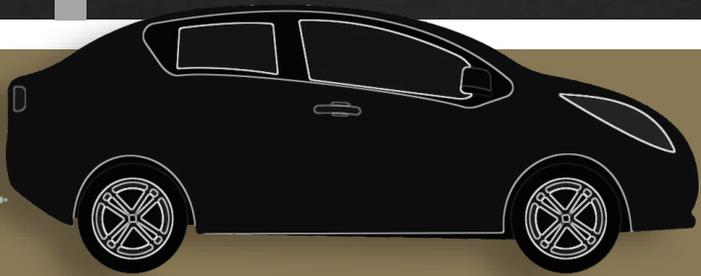
Jellineks heute noch verbreitetes Konzept von 1951^[12] unterteilt Alkoholkranke in fünf Typen:^[10]

- ◇ Der **Alpha-Typ** (Problemtrinker, Erleichterungstrinker)
 - ◇ Gefahr psychischer Abhängigkeit.
 - ◇ nicht alkoholkrank, aber **gefährdet**.
- ◇ Der **Beta-Typ** (Gelegenheitstrinker)
 - ◇ weder körperlich noch psychisch abhängig, aber **gefährdet**.
- ◇ Der **Gamma-Typ** (Rauschtrinker, Alkoholiker)
 - ◇ Typisch: Kontrollverlust, Fähigkeit zu längeren Abstinenzphasen dennoch **alkoholkrank**.
- ◇ Der **Delta-Typ** (Pegeltrinker, Spiegeltrinker, Alkoholiker)
 - ◇ bleibt lange sozial unauffällig, dennoch starke körperliche Abhängigkeit. Nicht abstinentfähig und **alkoholkrank**.
- ◇ Der **Epsilon-Typ** (Dipsomanie, Quartalstrinker, Alkoholiker).
 - ◇ Epsilon-Trinker sind **alkoholkrank**.

Phasen nach Jellinek - Übersicht



Phasen nach Jellinek - Übersicht

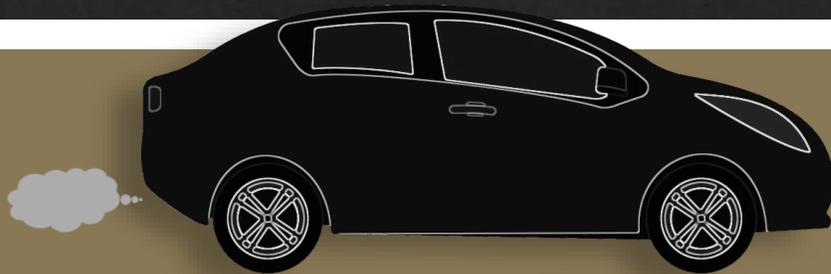


Symptome der Vorphase

Der erste Beginn meist sozial motiviert, wie bei jedem anderen auch.

- ◇ **Im Gegensatz zum durchschnittlichen Gesellschaftstrinker empfindet der spätere Alkoholiker bald eine befriedigende Erleichterung beim Trinken.**
- ◇ **Dabei schreibt er seine Erleichterung eher der Situation als dem Trinken zu**
- ◇ **Nach einer bestimmten Zeit des Trinkens wird eine Erhöhung der Alkoholtoleranz festgestellt**
- ◇ **Diese Trinkmethode dauert je nach Umständen Monate und Jahre**
- ◇ **Im gleichen Maße fällt die Toleranz des Trinkers für seelische Belastungen in solch einem Umfang ab, dass er praktisch täglich Zuflucht zur alkoholischen Erleichterung nimmt.**
- ◇ **Sein Trinken erscheint jedoch weder seinen Angehörigen, Freunden noch ihm selbst verdächtig.**

Phasen nach Jellinek - Übersicht



Vorphase

Anfangsphase

**Kritische
Phase**

**Chronische
Phase**

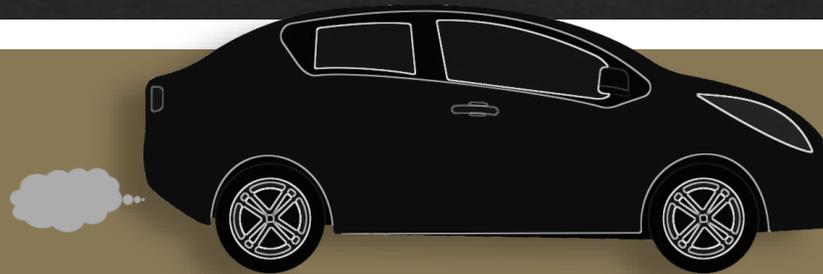
Symptome der Anfangsphase

- 1. Gedächtnislücken**
- 2. Heimliches Trinken**
- 3. Häufige Gedanken an Alkohol**
- 4. Gieriges Trinken**
- 5. Schuldgefühle wegen der Trinkart**
- 6. Vermeiden von Anspielungen auf Alkohol**
- 7. Häufige Gedächtnislücken**

Symptome der Anfangsphase

- 1. Gedächtnislücken**
- 2. Heimliches Trinken**
- 3. Häufige Gedanken an Alkohol**
- 4. Gieriges Trinken**
- 5. Schuldgefühle wegen der Trinkart**
- 6. Vermeiden von Anspielungen auf Alkohol**
- 7. Häufige Gedächtnislücken**

Phasen nach Jellinek - Übersicht



Vorphase

Anfangsphase

**Kritische
Phase**

**Chronische
Phase**

Symptome der kritischen Phase

8. Kontrollverlust

**9. Erklärungen des
Trinkverhaltens
(Ausreden, Alibis)**

**10. Soziale Belastungen
(Reaktionen der
Umwelt)**

**11. Ausgleich des
Verlustes an
Selbstachtung durch
besondere Leistungen
auf anderen Gebieten**

**12. Auffällig
aggressives Benehmen**

**13. Dauerndes
Schuldgefühl**

**14. Zeiträume völliger
Abstinenz**

**15. Änderung des
Trinksystems**

**16. Rückzug von der
Umwelt**

**17. Konsequenzen am
Arbeitsplatz**

**18. Alkohol ersetzt
soziale Kontakte**

**19. Verlust an
Interessen**

**20. Trinken wird
wichtiger als
nahestehende
Menschen**

**21. Auffallendes
Selbstmitleid**

**22. Gedankliche oder
tatsächliche Flucht**

**23. Änderungen im
Familienleben**

**24. Grundloser
Unwillen**

**25. Sichern des
Alkoholvorrats**

**26. Vernachlässigung
angemessener
Ernährung**

**27. Notwendigkeit
erster medizinischer
Behandlung**

**28. Veränderung des
Sexualverhaltens**

**29. Alkoholische
Eifersucht**

**30. Morgendliches
Trinken**

Symptome der kritischen Phase

8. Kontrollverlust

**9. Erklärungen des
Trinkverhaltens
(Ausreden, Alibis)**

**10. Soziale Belastungen
(Reaktionen der
Umwelt)**

**11. Ausgleich des
Verlustes an
Selbstachtung durch
besondere Leistungen
auf anderen Gebieten**

**12. Auffällig
aggressives Benehmen**

**13. Dauerndes
Schuldgefühl**

**14. Zeiträume völliger
Abstinenz**

**15. Änderung des
Trinksystems**

**16. Rückzug von der
Umwelt**

**17. Konsequenzen am
Arbeitsplatz**

**18. Alkohol ersetzt
soziale Kontakte**

**19. Verlust an
Interessen**

**20. Trinken wird
wichtiger als
nahestehende
Menschen**

**21. Auffallendes
Selbstmitleid**

**22. Gedankliche oder
tatsächliche Flucht**

**23. Änderungen im
Familienleben**

**24. Grundloser
Unwillen**

**25. Sichern des
Alkoholvorrats**

**26. Vernachlässigung
angemessener
Ernährung**

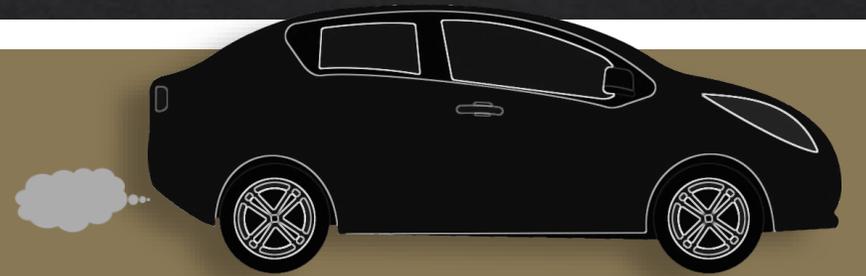
**27. Notwendigkeit
erster medizinischer
Behandlung**

**28. Veränderung des
Sexualverhaltens**

**29. Alkoholische
Eifersucht**

**30. Morgendliches
Trinken**

Phasen nach Jellinek - Übersicht



Vorphase

Anfangsphase

**Kritische
Phase**

**Chronische
Phase**

Symptome der chronischen Phase

31. Mehrtägiger ununterbrochener Alkoholeinfluss

32. Aufgabe individueller Wertvorstellungen

33. Beeinträchtigung des Denkens

34. Erhebliche psychische Entzugerscheinungen

35. Erhebliche körperliche Entzugerscheinungen

36. Veränderung der Trinkgesellschaft

37. Zuflucht zu alkoholischen Ersatzstoffen

38. Schwerwiegende Folgeerkrankungen

39. Wahnvorstellungen

40. Trinken wird zur Besessenheit

41. Entzugsbedingte

Krampfanfälle

42. Selbstmordgedanken, bzw. -versuche

43. Abfall der Alkoholtoleranz

44. Versagen des Erklärsystems

45. Alkoholdelirium

Symptome der chronischen Phase

31. Mehrtägiger ununterbrochener Alkoholeinfluss

32. Aufgabe individueller Wertvorstellungen

33. Beeinträchtigung des Denkens

34. Erhebliche psychische Entzugerscheinungen

35. Erhebliche körperliche Entzugerscheinungen

36. Veränderung der Trinkgesellschaft

37. Zuflucht zu alkoholischen Ersatzstoffen

38. Schwerwiegende Folgeerkrankungen

39. Wahnvorstellungen

40. Trinken wird zur Besessenheit

41. Entzugsbedingte

Krampfanfälle

42. Selbstmordgedanken, bzw. -versuche

43. Abfall der Alkoholtoleranz

44. Versagen des Erklärsystems

45. Alkoholdelirium