

Der schmerzhafte Weg in die Freiheit

✓ Entzug ist ein Prozess – körperlich wie mental. Der erste Schritt ist oft der schwerste.

AUTOR GEBO – Gesundheitseinrichtungen des Bezirks Oberfranken

Warum ein Alkohol- und Drogenentzug nicht nur körperliche Schmerzen bedeutet



„Ich weiß nicht, ob es besser wird, wenn es anders wird. Aber es muss anders werden, wenn es besser werden soll.“

GEORG CHRISTOPH LICHTENBERG

► **KURZ GESAGT:** Ein Entzug beginnt im Kopf: Veränderungsschmerz, Angst und Rückfälle gehören dazu – doch Abstinenz schenkt Freiheit, Klarheit und neue Lebensqualität.

Zittern, Schweißausbrüche, Schlafstörungen, Unruhe, Kopfschmerzen, Übelkeit, Verspannungen – diese gängigen Symptome kommen einem in den Sinn, wenn man an einen Alkohol- oder Drogenentzug denkt. Und die gibt es auch – keine Frage. Dass der Leidensweg aber ein viel längerer ist, erklärt Markus Salinger. Er ist der Leitende Oberarzt der Abteilung für Klinische Suchtmedizin am Bezirkskrankenhaus Bayreuth und weiß: Bevor die Menschen für die Entgiftung in die Klinik kommen, hat der schmerzhafte Prozess längst begonnen.

Erkenntnisschmerz statt Betäubung

Sich aufzuraffen und sich dafür zu entscheiden, einen Entzug zu machen, ist der erste Schritt auf einem steinigen, harten Weg. „Das ist kein feiner, weicher Sandboden, auf dem diese Patienten gehen. Und nicht alle sind Fakire und halten das aus“, sagt Markus Salinger. Angst vor Rückfällen, Scham, sich Konflikte stellen – er spricht von „Erkenntnisschmerz“ oder „Veränderungsschmerz“, den seine oft polytoxischen (Mischkonsum) Patienten erleben, wenn sie die Komfortzone verlassen. Und zwar bevor sie in die Klinik kommen. Man müsse schließlich erstmal an dem Punkt sein, etwas ändern zu wollen. Und das sei unbequem und tue eben oft auch weh.

Vor allem, weil sich die meisten oft gut eingerichtet haben mit ihrer Sucht, sagt Salinger. Allerdings dreht sich eine Suchterkrankung wie eine Spirale immer weiter nach unten. „Die Sucht wird langjährig intensiver“, sagt Salinger. Schließlich steht hinter der Sucht oft eine andere Problematik. 40 Prozent der Patienten sind traumatisiert, haben in ihrer Kindheit unschöne Erfahrungen gemacht. Ein Entzug und eine Therapie bedeuten auch, sich mit der

Vergangenheit und schmerzhaften Gefühlen auseinanderzusetzen und diese nicht mehr zu betäuben. Das wird vielen hier dann klar.

Wieviel emotionalen Schmerz lasse ich zu? Kann ich das aushalten? Was kostet mich das? Was bringt's mir? Die Patienten machen für sich eine Rechnung auf. Und Salinger sagt klar: Man kann nicht jeden retten. „Manche fühlen sich wertlos, stecken so tief im Schmerz fest, dass sie eher einen Suizid billigend in Kauf nehmen, als den großen und herausfordernden Schritt des Entzugs zu gehen.“

Ein harter Weg – mit neuer Perspektive

Sein Durchhalte-Apell: „Es lohnt sich. Immer!“ Der Gang über eine seiner Entzugs- und Therapiestationen zeigt, wie wertvolle Arbeit dort geleistet wird. „Ich weiß nicht, ob es besser wird, wenn es anders wird. Aber es muss anders werden, wenn es besser werden soll“, steht an der Wand im langen Flur geschrieben. Das Zitat des Physikers und Schriftstellers Georg Christoph Lichtenberg soll motivieren, abstinenter zu bleiben. 21 Tage dauert ein qualifizierter Alkoholentzug in der Regel. In Verbindung mit zusätzlichen Erkrankungen (Komorbiditäten) auch mal zwei bis drei Monate. Psychovegetative Entzugssymptome inklusive: Zittern, schlechter Schlaf, Nervenschmerzen, Verspannungen. Ein Alkoholentzug lasse sich gut steuern, sagt Salinger. „Um ein Delir zu verhindern, gibt es gute Medikamente.“

Man bekomme durch die erreichte Abstinenz so viel geschenkt. Dies kann man intoxikiert gar nicht richtig erkennen. Zum Beispiel ein ganz anderer Kontakt zu Familie und Freunden. Oder wieder richtig schlafen können, unabhängig von der Substanz.

MEHR INFOS UND KONTAKT:

Markus Salinger, Leitender Oberarzt der Abteilung für Klinische Suchtmedizin am Bezirkskrankenhaus Bayreuth
Nordring 2, 95445 Bayreuth
Tel.: 0921 / 283-3031 (Sekretariat)

www.gebo-med.de



< Markus Salinger ist Leitender Oberarzt der Abteilung für Klinische Suchtmedizin am Bezirkskrankenhaus Bayreuth.

Anlaufstellen bei Suchterkrankungen



Die Abteilung für Klinische Suchtmedizin am Bezirkskrankenhaus Bayreuth besteht aus drei Stationen sowie einer Suchtambulanz und einer Substitutionsambulanz. Mitte 2026 eröffnet eine **Tagesklinik für Abhängigkeitserkrankungen** auf dem Gelände des Bezirkskrankenhauses.

- Die **Station S1** ist eine beschützende Station zum qualifizierten Alkohol- und Medikamentenentzug sowie zur Krisenbehandlung bei Spiel- und Internetsüchten: ☎ 0921 283-5110
- Die **Station S2** ist eine beschützte Aufnahme- und Kriseninterventionsstation für alle Patientinnen und Patienten mit Suchterkrankungen: ☎ 0921 283-5120
- Die **Station S3** ist eine offene niedrigschwellige Entzugsstation für Abhängige illegaler Drogen: ☎ 0921 283-5130
- Die **Substitutionsambulanz** bietet Opiatabhängigen eine geregelte Substitutionsbehandlung entsprechend der Richtlinien: ☎ 0921 283-5611
- **Suchtmedizinische Ambulanz** mit aufsuchender Pflege: Terminvereinbarung unter ☎ 0921 283-5600

HILFE ZUR SELBSTHILFE

Die **Selbsthilfebeauftragte Susanne Freund** erreichen Sie Dienstag bis Freitag unter ☎ 0921 283-2090.



Weitere Infos,
Ansprechpartner,
Selbsthilfegruppen ...