

Was ist eigentlich ...

Suchttherapie

In der Suchttherapie geht es um die Behandlung eines Missbrauchs oder einer **Abhängigkeit von Alkohol, Medikamenten oder illegalen Drogen** mit dem Ziel, zukünftig ohne das Suchtmittel leben zu können. Hauptsächlich unterscheidet man zwischen **seelischer und körperlicher Abhängigkeit**.

Ein Gespräch mit einem Suchttherapeuten oder dem Hausarzt hilft, sich über die Erkrankung klar zu werden, sie anzunehmen und über geeignete weitere Schritte zu beraten.

Der **erste Schritt** ist der Verzicht auf das Suchtmittel.

Dies ist das Ziel einer Entzugs- oder qualifizierten Entgiftungsbehandlung, die z.B. im Zentrum für Psychosoziale Medizin angeboten wird.

Spätestens bei Anzeichen einer **körperlichen Abhängigkeit** ist es häufig erforderlich, das Absetzen des Suchtmittels im Rahmen einer mehrtägigen stationären Behandlung ärztlich zu begleiten, um auftretende Entzugssymptome ggf. auch medikamentös zu behandeln. Die **qualifizierte Entgiftungsbehandlung** kann dann tagesklinisch, manchmal auch ambulant, fortgesetzt werden.

Gruppen – und Einzelgespräche helfen in der psychiatrischen Tagesklinik Glückstadt, die mit einer Suchterkrankung regelhaft einhergehenden psychischen und sozialen Probleme zu erkennen, ihren Ursprung zu verstehen und erste Lösungsansätze zu entwickeln. Dabei kommen tiefenpsychologisch orientierte und verhaltenstherapeutische Ansätze zum Einsatz.

Wichtige Themen, wie ein **Überblick über verschiedene Behandlungsangebote**, Möglichkeiten der Rückfallvorbeugung, aber auch das Erproben unterstützender therapeutischer Verfahren, sind zusätzliche Bestandteile einer tagesklinischen Entgiftungsbehandlung. Musik- und Tanztherapie, Ergotherapie, Akupunktur und Progressive Muskelentspannung gehören dazu. Zum Austausch mit anderen Menschen mit Abhängigkeit, zur Vorbeugung von Rückfällen und zur Krisenhilfe ist in jeder Phase einer Suchttherapie der Anschluss an eine örtliche **Selbsthilfegruppe für Suchtkranke** unbedingt empfehlenswert

Die **weitere suchttherapeutische Behandlung** ist abhängig von der individuellen Problemlage und kann ambulant, tagesklinisch oder stationär erfolgen.

Mehrmonatige stationäre Entwöhnungstherapien in Fachkliniken für Suchtkranke oder alternativ als alltags begleitende ambulante Suchttherapie sind mögliche **nächste Therapiebausteine**.

Die **Psychotherapie**, also das Verstehen des Ursprungs der Erkrankung und die Entwicklung von Fertigkeiten zum Erhalt der Abstinenz stehen neben dem allgemeinen Ziel der Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit ganz im Vordergrund der Therapie.

Eine Kooperation mit der **Suchtberatungsstelle der Diakonie** ermöglicht, eine ambulante Entwöhnungstherapie nahtlos im Anschluss an die tagesklinische Behandlung zu beginnen.

