

# **Erfolgreiche Behandlung des schädlichen Alkoholkonsums**

-

## **Konzepte und Erfahrungen**

**Johannes Lindenmeyer**

salus klinik Lindow

Medizinische Hochschule Brandenburg

TU Chemnitz

# Interessenskonflikt 1: salus klinik Lindow

Psychosomatik (92 Betten):  
Angst- und Zwangsstörungen  
Depression  
Essstörungen  
Somatoforme Störungen  
Persönlichkeitsstörung  
**Schädlicher Alkoholkonsum**  
Pathologisches Glücksspiel  
Pathologischer PC-  
/Internetgebrauch

2 Suchtpräventionsfachstellen

[www.salus-materialien.de](http://www.salus-materialien.de)  
[www.lieberschlaualsblau.de](http://www.lieberschlaualsblau.de)  
[www.selbsthilfealkohol.de](http://www.selbsthilfealkohol.de)  
[www.aerzteselbsthilfealkohol.de](http://www.aerzteselbsthilfealkohol.de)  
[www.selbsthilfetabak.de](http://www.selbsthilfetabak.de)  
[www.selbsthilfegluecksspiel.de](http://www.selbsthilfegluecksspiel.de)

Ausbildungsinstitut SIV



Nachsorgeambulanz Berlin

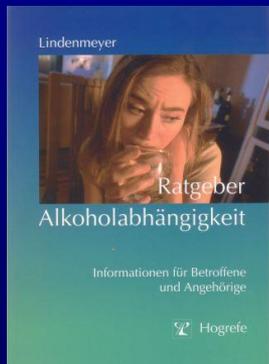
**Beratungsstellen**  
Werder, Brandenburg,  
Teltow, Belzig, Potsdam

**Suchtabteilung (181 Betten):**  
**Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit**  
Pathologisches Glücksspiel  
**Essstörungen und Sucht**  
Tabakabhängigkeit  
VIP Gruppen



# Interessenskonflikt 2:

- **Teilhaber eines VT-Ausbildungsinstituts**
- **Autor vieler alkoholbezogenen Behandlungsmaterialien**



# Alkoholbezogene Störungen in der ambulanten Psychotherapie

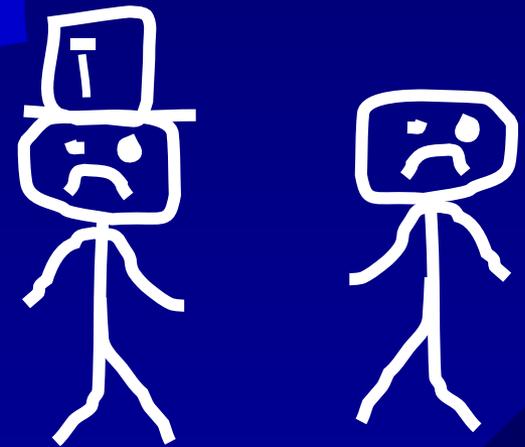
- **Komorbiditätsraten von 20 - 40%**
  - Traumata
  - Depression
  - Angst
  - Borderline Persönlichkeitsstörung
- **psychische Probleme oft Folge einer Sucht**
- **sehr geringe Vermittlungsquote in Suchthilfesystem**

# Mangelnde Thematisierung von alkoholbezogenen Störungen in ambulanter Psychotherapie

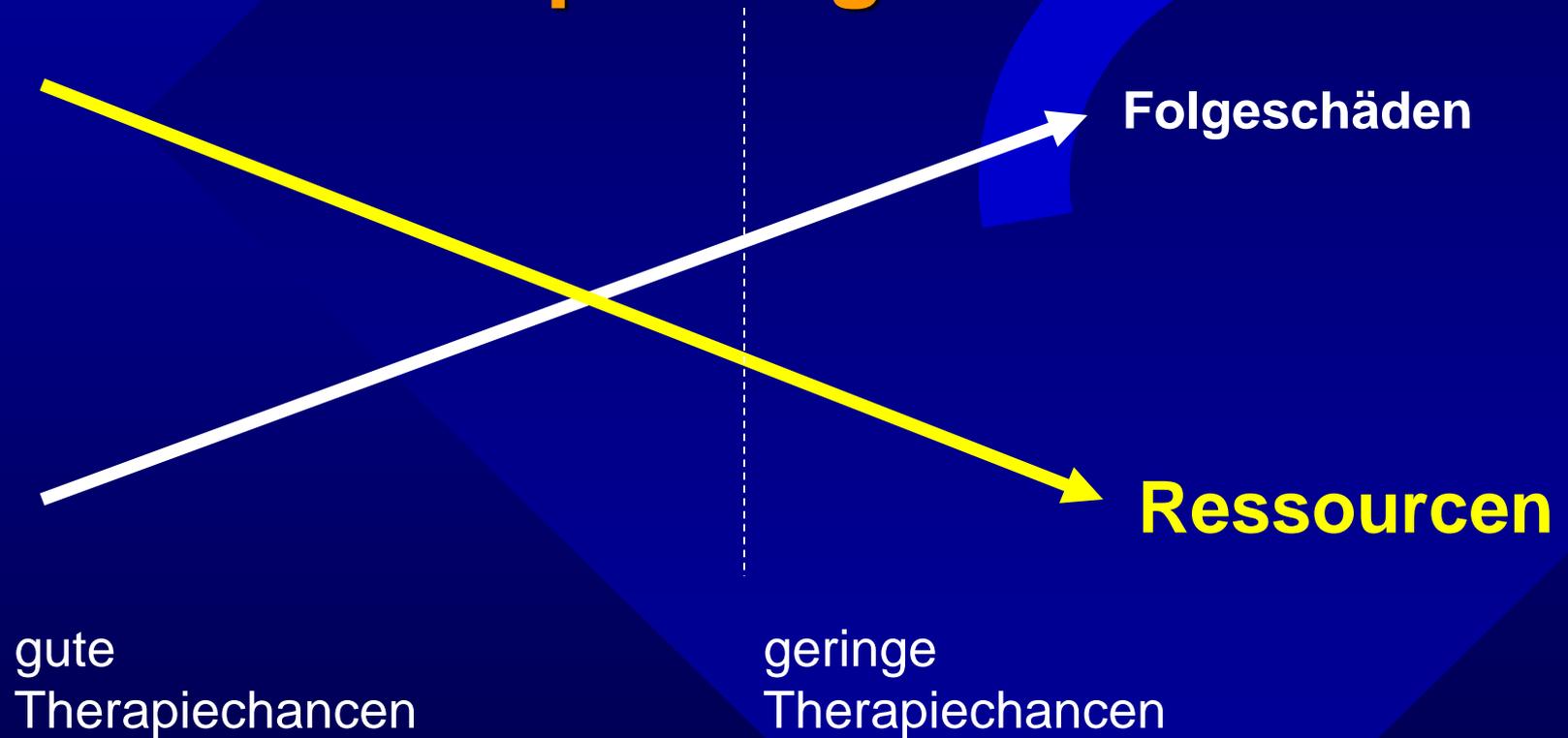
- **gemeinsame Vermeidung**

- Scham
- Angst vor Abbruch
- Angst vor Gutachter

- **Leidensdruckparadigma und Auftragsverständnis**



# Mangelnde Effektivität des Leidensdruckparadigmas



# Mangelnde Thematisierung von alkoholbezogenen Störungen in ambulanter Psychotherapie

- **gemeinsame Vermeidung**
  - **Scham**
  - **Angst vor Abbruch**
- **Leidensdruckparadigma und Auftragsverständnis**
- **unrealistische Vorstellung von Suchtmittelproblemen**
  - **Definition**
  - **psychisches Defizitmodell**
  - **Rationalität von substanzbezogenen Störungen**

# Der Sucht-Eisberg



# Tatsächliche Ausprägung von alkoholbezogenen Störungen



# Die besondere Chance der ambulanten Psychotherapie für alkoholbezogene Frühintervention

- motivational günstiges Fenster
- Interaktionsskills der Behandler\*Innen
- längere Behandlungsdauer

# Psychotherapierichtlinie 2011

## §22,2,1a

- **ambulante Psychotherapie bei Alkoholabhängigkeit zulässig, wenn innerhalb von 10 Behandlungsstunden Abstinenz erreicht und nachgewiesen werden kann (externen Arzt).**
- **Bei Rückfall kann ambulante Psychotherapie fortgesetzt werden, wenn die Alkoholabstinenz kurzfristig wieder hergestellt werden kann.**
- **Bei schädlichen und riskanten Alkoholkonsum ambulante Psychotherapie zulässig, ohne dass totale Abstinenz als Therapieziel zwingend vorgegeben ist**

# Indikationen für ambulante Psychotherapie bei alkoholbezogenen Störungen

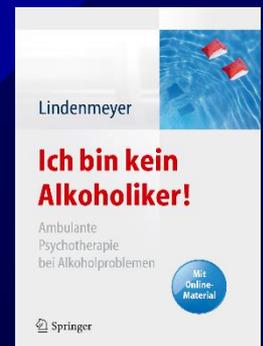
- **Erfolgreiche Vermittlung in Suchthilfesystem bei Abhängigkeit**
- **Frühintervention bei riskantem und schädlichem Konsum**
- **Rückfallprävention und –bewältigung bei Abhängigkeit**

# Die 3 Voraussetzungen

- **Screening**

- Kurzfragebogen **AUDIT**
- Laborwerte
- Blut-, Atem- bzw. Urinkontrollen
- jeder substanzbezogene Exzess
- Hinweise von Vorbehandler\*Innen / Angehörigen

**[www.salus-materialien.de](http://www.salus-materialien.de)**  
-Kostenlose Expl.  
-Auswertungsschablone



# Differentialdiagnostik

- **strukturiertes Interview**
- **1-2 Fragebogen**
- **Fremdanamnese**

Leitfaden für  
1 TE

Auswertungs-  
schablone

**[www.salus-materialien.de](http://www.salus-materialien.de)**

- kostenlose Explare
- Auswertungsschablone



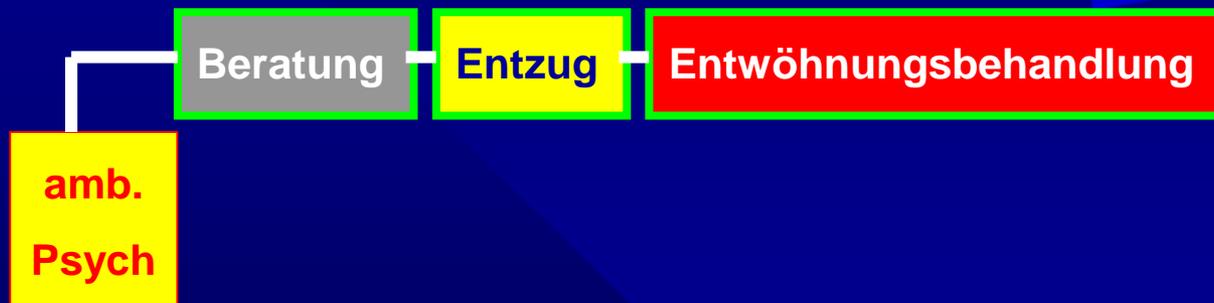
# Umgang mit alkoholbezogenen Störungen in ambulanter Psychotherapie



**1.**

# **Erfolgreiche Motivierung bei Alkoholabhängigkeit**

# Vernetzung von ambulanter Psychotherapie und Suchthilfesystem



# 4 Gründe für Delegation an Suchthilfesystem

- Entzugerscheinungen
- Sozialpsychologie der substanzbezogenen Störung

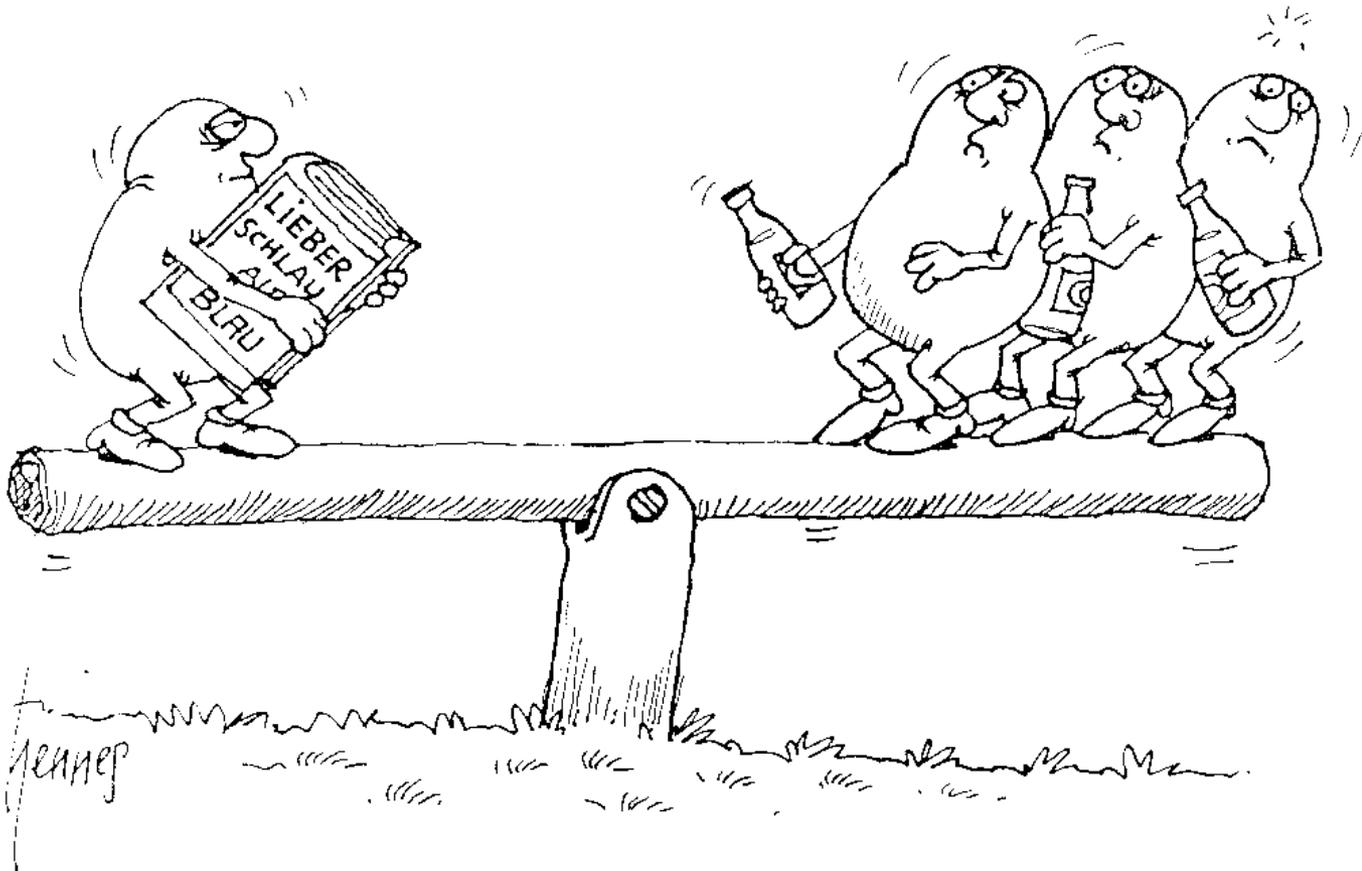
# Pathologisierung der Biografie

Alkohol gehört dazu?

Wozu?



# Abstinenz als Teilhabeverlust



# Selbstkonzeptbedrohung

Ich bin ein wertvoller Mensch

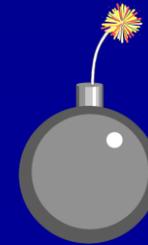
Ich habe  
ganz normal  
konsumiert



Ich vertrage  
eben mehr als  
andere



Ich brauche  
keine Hilfe



# Dosierte Informationsverarbeitung

- **Feedback**
- **Motivational Interviewing**

15 - 20%  
abstinent

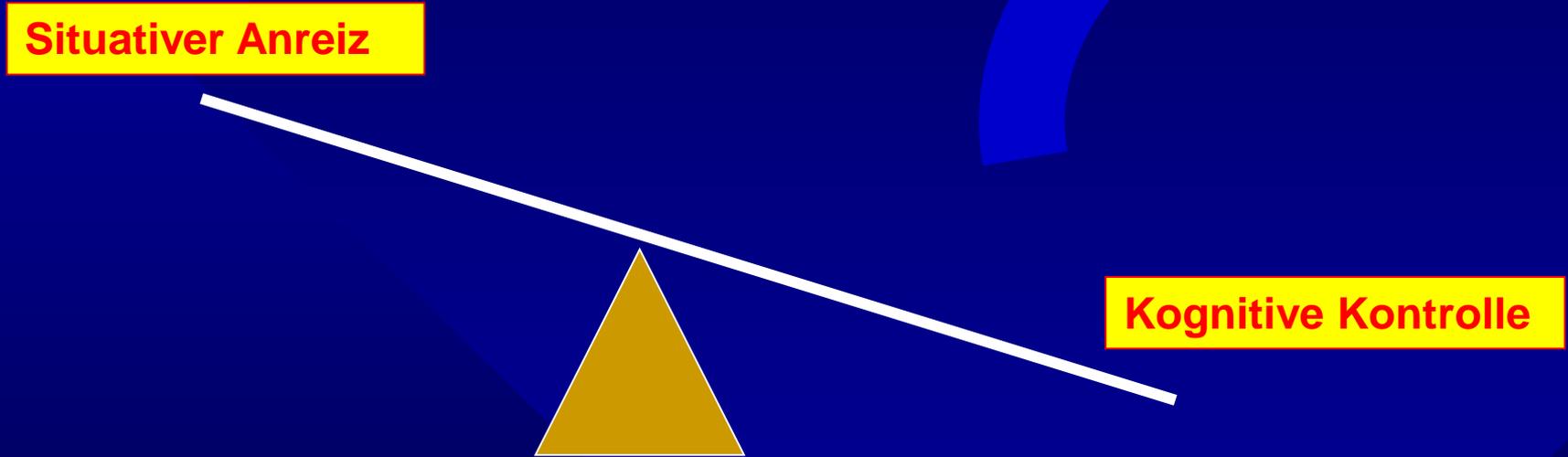
- **Zeit**
- **Herauslösen aus Umfeld**
- **Integration in Subgruppe**

30 - 40%  
abstinent

# 4 Gründe für Delegation an Suchthilfesystem

- Entzugerscheinungen
- Sozialpsychologie der substanzbezogenen Störung
- Neuropsychologisches Ungleichgewicht der Sucht

# Neuropsychologisches Ungleichgewicht der Sucht



**Diese Prozesse sind den Betroffenen oft nicht bewusst bzw. verständlich**

# Primat der Suchtbehandlung

- **Einsicht / Kompensation nicht ausreichend, sondern Löschung von / Leben mit Suchtgedächtnis erforderlich**
- **Spezifische, stimulusbezogene Rückfallprävention**
- **Redundantes Üben**

# 4 Gründe für Delegation an Suchthilfesystem

- Entzugerscheinungen
- Sozialpsychologie der substanzbezogenen Störung
- Neuropsychologisches Ungleichgewicht der Sucht
- Ungünstige Beziehungskonstellation

# Ungünstige Beziehungskonstellation

- **Erfolgsaussicht von max. 15 – 20%**
- **Hintanstellung des „psychischen“  
Behandlungsauftrags**
- **„Entlassung“ bei Misserfolg nach 10 Std.**
- **Beweislast beim Therapeuten**
- **problematische Labordiagnostik (Preis,  
Nachweiszeit)**

# 2.

## **Therapeutisches Vorgehen bei riskantem oder schädlichem Suchtmittelkonsum**

# Therapeutische Ausgangssituation bei schädlichem/riskantem Konsum

- die Betroffenen sehen keinen Unterschied zwischen sich und anderen bezüglich ihres Konsum
- starke Scham und Angst davor, als abhängig stigmatisiert zu werden
- starke motivationale Ambivalenz: Einerseits viel zu verlieren, andererseits noch nicht viel verloren

[www.selbsthilfealkohol.de](http://www.selbsthilfealkohol.de)

**ONLINE SELBSTHILFE ALKOHOL**

Ein Angebot der AOK Nordost und der salus kliniken

LOGIN

WIE FUNKTIONIERT EST | IST ES FÜR MICH GEEIGNET | WARUM MITMACHEN? | TIPPS | ANMELDEN

**Ihren Alkoholkonsum reduzieren oder lieber ganz aufhören?**

**MACHEN SIE DEN SELBSTTEST**  
NUR 2 MINUTEN

*"Ich finde es großartig, dass ich mit Online-Selbsthilfe Alkohol von zu Hause aus einfach etwas an meinem Alkoholkonsum verändern kann."*

Ein Angebot der AOK Nordost und der salus kliniken

**ÄRZTE SELBSTHILFE ALKOHOL**

Ein Angebot der Landesärztekammer Brandenburg und der salus kliniken

LOGIN

WIE FUNKTIONIERT EST | IST ES FÜR MICH GEEIGNET | WARUM MITMACHEN? | TIPPS | ANMELDEN

**Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen**

**MACHEN SIE DEN SELBSTTEST**  
NUR 2 MINUTEN

*Sehr geehrte Kollegin,  
sehr geehrter Kollege,  
Alkoholprobleme gibt es leider auch manchmal unter uns.  
Mit diesem Programm unterstützt die Landesärztekammer Brandenburg betroffene Kolleginnen und Kollegen bei der frühzeitigen und vollkommen anonymen Überwindung ihrer Schwierigkeiten.*

*Ihre Landesärztekammer Brandenburg*

[www.aerzteselbsthilfealkohol.de](http://www.aerzteselbsthilfealkohol.de)

# www.selbsthilfealkohol.de

Wie funktioniert es?

KOSTENLOS ANMELDEN



ZIEL BESTIMMEN



AUFGABEN ERLEDIGEN



STATISTIK ANZEIGEN



EIN TAGEBUCH FÜHREN



FORUM BESUCHEN

Reduktion  
Abstinenz

4x täglich  
Verlangen  
Konsum  
eingeben

Hilfe

Antwort  
werktags in  
24h

# Website-Nutzung in 2018

- 210.674 Besucher\*Innen
- 129.089 (61,1%) Selbsttests (AUDIT)
- 119.871 (92,9%) veränderungsbedürftigen Alkoholkonsum

gesamt	risikoarmer Konsum	riskanter Konsum	schädlicher Konsum	Abhängigkeit
129.089	9.218	85.028	16.443	18.400
	7,1%	65,9%	12,7%	14,3%

- 2.345 (2,3%) Teilnehmer\*Innen

# Interventionsrational bei schädlichem/riskantem Konsum

- Trinkpause als Voraussetzung für kritische Selbstreflexion
- unmittelbare Veränderung des Trinkverhaltens
- Paradigma der Punktabstinenz
- Wahlmöglichkeit anstelle vorbestimmter Veränderungsziele
- Motivationsänderung vor Fertigkeitstraining
- Rückfälle sind normal

**Punktabstinenz = kein Konsum**

**zu bestimmten Zeiten**

**an bestimmten Orten**



# Intervention

- **Differenzierung: Unkritische und kritische Konsumsituationen**
- **Festlegung persönlicher Punktabstinenz**
- **Ressourcenaktivierung**
- **Einleitung systematischer Selbstbeobachtung**

Behandlungsmanual für  
15 Min pro TE

Materialien für Pat.

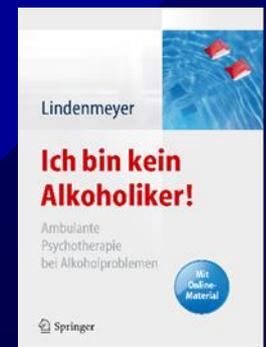


**2.**

**Rückfallprävention und  
Rückfallbewältigung bei  
Abstinenz**

# Indikation von ambulanter Psychotherapie bei Abstinenz

- unmittelbare Behandlung der psychischen Komorbidität
- Stigmamanagement
- Rückfallprävention
- Rückfallbewältigung



# Therapieziele bei Rückfallprävention

kompetenter Umgang mit Versuchungssituationen und Rückfällen

Abstinenz  
kontrolliert  
bewußt

Rückfall

unkontrolliert  
unbewußt

Abstinenz  
kontrolliert  
bewußt



Abstinenz  
kontrolliert  
bewußt

Rückfall

unkontrolliert  
unbewußt

Abstinenz  
kontrolliert  
bewußt

# Systematische Selbstbeobachtung

- **Tagebuch (möglichst Online-Registrierung)**
- **Hierarchisierung der Themen in jeder Therapieeinheit**
  - 1 Gab es Rückfälle?
  - 2 Gab es Versuchungssituationen?
  - 3 Waren Sie in früheren Konsumsituationen?

# Rückfall = mehrfaches Handicap

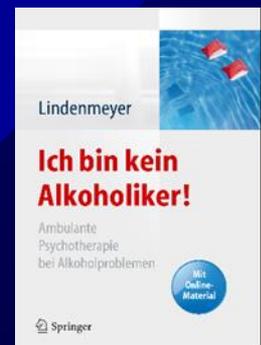
- **Betroffener:**  
Abstinenzverletzungssyndrom  
Neurophysiologisches  
Suchtgedächtnis
- **Therapeut / Angehörige:**  
Vertrauenskrise / (Selbst)Vorwürfe

# Therapeutisches Vorgehen bei Rückfällen

- medizinische Abklärung/Versorgung
- Ausnüchterung
- Wiederherstellung von Abstinenz/Therapie-Zuversicht
- Vermeidung vs. Exposition

Leitfaden

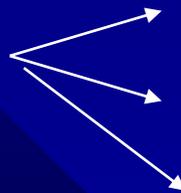
Materialien für Pat.



# Zusammenfassung: Ambulante Psychotherapie bei alkoholbezogenen Störungen

- **Screening**

- **Motivierung /  
Mitbehandlung**



**Teilnahme Suchthilfesystem**

**[www.selbsthilfealkohol.de](http://www.selbsthilfealkohol.de)**

**Punktabstinenz**

- **Rückfallprävention**