

Der GAMMA-Alkoholismus

Mehr als 90 % der alkoholkranken Menschen in der Bundesrepublik sind sogenannte GAMMA-Alkoholiker.

GAMMA-Alkoholismus ist eine behandlungsbedürftige Krankheit im Sinne der RVO.

GAMMA-Alkoholiker haben einen typischen Krankheitsverlauf, der sich in vier Entwicklungsphasen einteilen läßt.

Die Phasen im Überblick:

1. Voralkoholische Phase
2. Vorläufer-Phase
(Warnphase)
3. Kritische Phase
(Kampfphase)
4. Chronische Phase
(Resignative Phase)

Der GAMMA-Alkoholismus

1. Voralkoholische Phase

- Erleichterungstrinken

Nach Alkoholkonsum stellen sich häufig Gefühle von Entspannung, Erleichterung und größerer Durchsetzungsfähigkeit ein. Vorübergehend kommt es zu einem Abbau von Hemmungen und die Umwelt erscheint leichter zu ertragen. Alkohol bleibt nicht mehr ein Genußmittel, sondern wird zur Medizin.

- Nachlassen der Tragfähigkeit für seelische Belastungen

Belastungen und Spannungen können nicht mehr so wie früher angenommen und verarbeitet werden. Es zeigen sich vermehrte Erregbarkeit und Verletzbarkeit. Alkohol wird als Medizin immer wichtiger.

- Die Verträglichkeit für Alkohol wird größer

Um sich auszugleichen und Ruhe zu finden, wird mehr Alkohol benötigt.

Der GAMMA-Alkoholismus

2. Vorläuferphase

- Gedächtnislücken stellen sich ein

Es handelt sich um ganz besondere, typische Gedächtnislücken. Bereits relativ geringe Mengen Alkohol, unter deren Wirkung noch regelrecht gehandelt werden kann und das Verhalten nicht auffällig zu sein braucht, können am folgenden Tag zu Erinnerungslücken führen: "Der Film reißt".

- Die Trinkart ändert sich

Alkohol wird zunehmend allein und unter Umständen auch heimlich getrunken. Häufig werden Verstecke angelegt.

- Denken an Alkohol

Der Kranke entdeckt, oft an Alkohol denken zu müssen - besonders in außergewöhnlichen, belastenden Situationen. Der Alkohol ist zur wichtigen Entspannungsmedizin geworden.

- Das erste Glas wird häufig schnell getrunken

Häufig wird nunmehr das erste Glas hastig getrunken, weil nicht mehr in erster Linie der Geschmack, sondern die Wirkung des Alkohols gesucht wird.

- Schuldgefühle stellen sich ein

Der Kranke versucht, sein Trinkverhalten zu verbergen. In der Regel sind ihm Gespräche über Alkohol unangenehm. Anspielungen bezieht er oft auf sich selbst, darum weicht er ihnen möglichst aus.

Der GAMMA-Alkoholismus

3. Kritische Phase (1)

- Nach Trinkbeginn Verlust der Kontrolle über weitere Trinkmenge

Kleine, u. U. kleinste Mengen Alkohol lösen einen unwiderstehlichen Drang nach weiterer Alkoholaufnahme aus. Der Kranke verliert die Kontrolle über die weitere Trinkmenge und damit die Möglichkeit, das Trinken aus eigener Kraft zu beenden. Er trinkt weiter, ohne auf eventuelle Folgen Rücksicht zu nehmen. GAMMA-Alkoholiker entwickeln eine abnorme Reaktion dem Alkohol gegenüber und können nicht mehr mäßig trinken, ohne sich erneut der Gefahr eines Kontrollverlustes auszusetzen.

- Trinkpausen nach Kontrollverlust

Aufgrund der unangenehmen Folgen durch Kontrollverluste entschließt sich der Kranke, nunmehr Trinkpausen einzulegen, die er auch einhält. Er will sich erholen, um dann mäßig zu trinken. Das gelingt ihm jedoch auf Dauer nicht mehr. Er erlebt neue Kontrollverluste.

- Erklärungen und Ausreden werden nötig

Um sich zu rechtfertigen, sucht und konstruiert der Kranke Erklärungen und Begründungen für sein Trinkverhalten. Diese sind für ihn wichtig, um mit Schuldgefühlen fertig zu werden.

Der GAMMA-Alkoholismus

3. Kritische Phase (2)

- Das Verhalten ändert sich

Verlust des Selbstwertgefühls, Schuldgefühle, Selbstverachtung führen häufig zu traurigen Verstimmungen, Selbstmitleid und einem Wechsel zwischen großspurigem Benehmen und Zerknirschung.

- Fortschreitende Isolierung

Der Kranke fühlt sich von seiner Umgebung immer weniger verstanden und isoliert sich immer mehr. Er gibt Freundschaften auf, und Freunde wenden sich von ihm ab. Häufig kommt es zum Arbeitsplatzwechsel. Die Familie leidet zunehmend.

- Die körperliche Abhängigkeit vom Alkohol wird deutlich

Der Stoffwechsel der Körperzellen hat sich auf den Alkohol eingestellt. Nach Trinkpausen finden sich sogenannte Entzugszeichen, die nach erneuter Alkoholaufnahme wieder verschwinden. Die bekanntesten Entzugszeichen sind: Unruhe, Ängste, traurige Verstimmungen, Gereiztheit, morgendliches Würgen, Schweißausbrüche, Händezittern und Herzbeschwerden.

- Körperliche Folgeschäden treten auf

Es finden sich Magenschleimhautentzündungen mit Appetitlosigkeit, Leberschäden usw.; es wird eine hausärztliche oder klinische Behandlung notwendig. Auch die sexuelle Kraft kann abnehmen oder völlig verschwinden.

Der GAMMA-Alkoholismus

4. Chronische Phase (1)

- Regelmäßiges morgendliches Trinken wird notwendig

Da die Nachtruhe eine Trinkpause darstellt, zeigen sich morgens quälende Entzugszeichen, die nur mit Alkohol beseitigt werden können. Der Kranke funktioniert nur und kann seine Aufgaben erfüllen, wenn er seinen Alkoholspiegel wieder auffüllt.

- Tagelange Rausche kommen vor

Das zur Beseitigung der Entzugszeichen notwendige morgendliche Trinken und die dadurch ausgelösten Kontrollverluste können zu tagelangen Rauschen führen.

- Körperlicher, seelischer und sozialer Abbau

Reichliches Trinken und häufige Trunkenheit verursachen immer deutlicher werdende körperliche Schäden, schwere seelische Störungen und zerstören Familien, die Arbeitsverhältnisse und die Beziehungen zu anderen Menschen.

- Merkfähigkeits- und Konzentrationsstörungen stellen sich ein

Neue Eindrücke können nur schwer behalten werden. Die Konzentrationsfähigkeit nimmt ab.

Der GAMMA-Alkoholismus

4. Chronische Phase (2)

- Bedrohliche Entzugszeichen können auftreten

Nach Trinkpausen können sich Hirnkrampfanfälle, Wahnvorstellungen, ein Delirium tremens und damit lebensbedrohliche Folgezustände einstellen.

- Die Verträglichkeit für Alkohol nimmt ab

Bereits geringe Mengen Alkohol verursachen einen Rausch, der eines Tages vor der Beseitigung der quälenden Entzugszeichen stehen kann. Damit beherrscht der Alkohol das Denken und Leben des Kranken.

- Körperliche und seelische Zusammenbrüche

Klinikbehandlungen werden häufiger notwendig. Verzweiflung führt nicht selten zu Selbstmordversuchen. Körperliche Schäden und die fortschreitende Zerstörung des Gehirns führen zur Hospitalisierung und zum vorzeitigen Tod.