Deine Therapie

www.deine-therapie.at

Was wir bieten

Je tiefer Sie drinstecken und je näher die Sucht an Ihrem Umfeld zu Hause ist, desto eher sollten Sie sich für ein stationäres Angebot entscheiden. Auf Wunsch helfen wir Ihnen gerne bei der Auswahl und entscheiden mit Ihnen zusammen, welcher Weg der richtige für Sie sein könnte. Natürlich unterstützt Sie auch eine ambulante therapeutische Begleitung mit konkreten Strategien für den eigenen Umgang mit schwierigen Situationen und die dauerhafte Abstinenz.

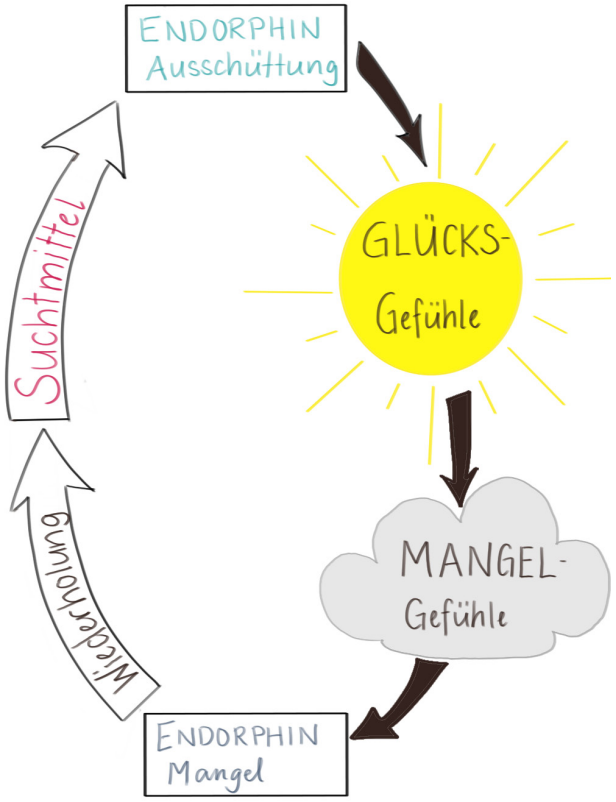
Diese und weiterführende Informationen finden Sie auch online unter: www.deine-therapie.at/drogenabhaengigkeit

Wenn Sie mehr darüber wissen möchten, kontaktieren Sie uns unter:

info@deine-therapie.at
+43690 1002 3613

Unser Standort in Ihrer Nähe:

Drogenabhängigkeit: Alkohol, THC, etc.



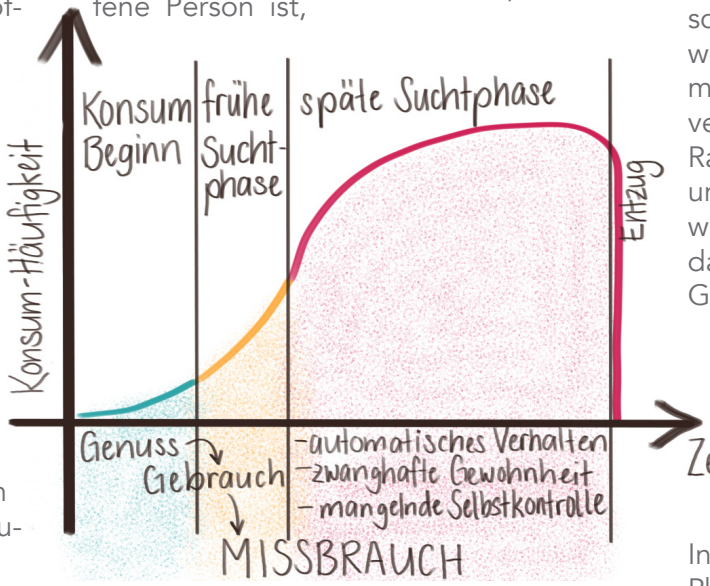
Was ist das?

Wie entsteht das?

Was kann ich tun?

Was ist Drogenabhängigkeit?

Durch die Wirkstoffe der Drogen (Alkohol, THC, Speed, Heroin, etc.) entsteht bei langanhaltendem intensivem Konsum eine psychische und bei vielen Stoffen möglicherweise auch eine körperliche Abhängigkeit. Körperliche Abhängigkeit kann bei einigen Substanzen, wie Alkohol oder Heroin, bei plötzlicher Abstinenz zu zum Teil lebensbedrohlichen Entzugserscheinungen führen. Um einzuschätzen, ob eine therapeutische Behandlung der Abhängigkeit nötig oder sinnvoll ist, betrachtet man, wie schädlich der Konsum für die betroffene Person ist, in körperlicher wie auch in psychischer Hinsicht (vgl. Phasen des Konsums) und die exakte Grenzziehung ist häufig gar nicht so einfach. Oftmals werden dabei die Gefahren der legalen Drogen (z.B. Alkohol und Tabak) unterschätzt. Alle Todesfälle in Folge illegalen Drogenkonsums zusammen erreichen lange nicht die Anzahl an Todesfällen, die durch Alkoholkonsum oder erst recht durch das Rauchen erreicht werden.



Wie entsteht Drogenabhängigkeit?

Unterschiedliche Faktoren spielen eine Rolle: genetische (bspw. Eltern mit Abhängigkeiten oder anderen psychischen Störungen), psychische (bspw. Risiko-neigung, Ängstlichkeit, etc.) und soziale (bspw. belastende Lebensumstände, Gewohnheiten im Umfeld, etc.). Sucht entsteht vor allem dann, wenn beim Konsum positive Erlebnisse bzw. Entlastung entsteht (vgl. Suchtkreislauf Titelseite). Die Schwere der Abhängigkeit hängt unter anderem auch mit der Dosis, Dauer, sowie mit dem Alter beim Erstkonsum zusammen.

Was kann ich bei Drogenabhängigkeit selbst tun?

Angebote wie Selbsthilfegruppen können in einer solchen Situation eine große Hilfe sein. Klar ist auch, dass gute Beziehungen zu Menschen eine wichtige Rolle spielen. Allerdings sollte der Bezug zu Menschen, die einen mit der Sucht weiter in Kontakt bringen, vermieden werden. Je mehr positive Alternativen zur Flucht in den Rausch man für sich entdeckt und anwendet, desto größer wird die Wahrscheinlichkeit, dass man das Problem in den Griff bekommen wird.

Was können Freunde oder Angehörige tun?

Insbesondere in der akuten Phase sollte das Umfeld des Betroffenen keinesfalls selbst konsumieren, auch und gerade bei legalen Drogen. Als Angehöriger oder Freund sollten Sie beharrlich weiter zeigen, dass Sie den Menschen schätzen, der an einer Krankheit leidet. Dass Sie mit ihm oder ihr Dinge unternehmen wollen und dies nur in den Momenten nicht geht, wo die Droge dazwischenkommt. Wenn der Konsum länger andauert, ersetzt er oftmals die sozialen Beziehungen und fühlt sich in Folge an, als sei er der einzige Ausweg. Also nicht abwenden, wenn Sie es selbst aushalten können, sondern stützend und wohlwollend zur Seite stehen und vor allem Perspektiven aufzeigen neben dem Rausch und der Droge.