

Medikamentenmissbrauch

**Schluck
nicht
alles
runter!**



Mal wieder zu wenig Schlaf gehabt und schlapp drauf? Oder total aufgereggt vor einer Prüfung? Wie wär's mit einer Konzentrationshilfe? Kein Problem. Mit der passenden Pille aus der Hausapotheke hat man so was schnell im Griff.

Medikamente können helfen, Krankheiten zu heilen und Schmerzen zu lindern. Keine Frage. In den letzten Jahren hat jedoch der Medikamentenmissbrauch erheblich zugenommen.

Gedopt durch den Tag?

Das heißt, Medikamente werden nicht bei diagnostizierten Krankheiten oder offensichtlichen Krankheitssymptomen eingenommen, sondern um das Wohlbefinden zu verbessern, die Leistungsfähigkeit zu steigern und Probleme zu verdrängen. Nach Schätzungen der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) gibt es zirka 1,5 Millionen Medikamentenabhängige in Deutschland, zwei Drittel davon sind Frauen, ein Drittel Männer. Die Pillen-Schlucker-Karriere beginnt oft schon im Kindesalter. Wer in der Schule nicht mit- und mit dem Leben nicht klar kommt, dem werden die bunten Helferlein in Form von Tabletten, Kapseln, Pulvern, Tropfen und Zäpfchen verabreicht. Die Arbeitsmedizinerin Dr. Elisabeth Arnold vom Verband Deutscher Betriebs- und Werksärzte (VDBW) sieht hier vor allem die Eltern in

der Pflicht. „Wer seinem Kind bei jedem kleinen Zipperlein mit einer passenden Pille aus der Hausapotheke hilft, schafft eine negative Medikamentenkultur“, ist sie überzeugt. Was hält sie in diesem Zusammenhang von dem oft verschriebenen Medikament Ritalin? Arnold: „Ritalin ist für viele Kinder und Jugendliche mit dem Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom ADHS ein sehr hilfreiches Medikament. Aber, und auf dieses Aber lege ich besonderen Wert: Die Diagnose ADHS mit der anschließenden Therapie gehört in die Hände eines Spezialisten und sollte nur von ausgewiesenen Fachärzten wie Kinderärzten, Kinderpsychiatern, Neurologen etc. gestellt und begleitet werden. Schließlich ist Ritalin nicht irgendeine Vitamintablette, sondern ein Medikament, das unter das Betäubungsmittelgesetz fällt.“



Es handelt sich um eine sogenannte Psychostimulanz, die abhängig machen kann und zahlreiche Nebenwirkungen hat. Zum Beispiel Schlafstörungen, Nervosität, Appetitminderung, Ängstlichkeit, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Schwindel.“ Gerade deshalb raten Experten zu jährlichen sogenannten „Auslassversuchen“. Das bedeutet, es soll versucht werden, das Medikament schrittweise abzusetzen. „Natürlich nur nach eingehender Diagnostik und unter der Kontrolle des jeweiligen Facharztes. Es hat sich gezeigt, dass bei vielen ADHS-Patienten die Symptomatik zwar über das 18. Lebensjahr hinaus anhält, aber nach der Pubertät oft eine dauerhaft begleitende Psycho- oder Verhaltenstherapie reicht, um mit dieser Krankheit fertigzuwerden“, so die Arbeitsmedizinerin.

Nebenwirkung Abhängigkeit

In Deutschland werden am häufigsten Schmerztabletten, Husten- und Erkältungsmittel, dann Magen- und Darmmittel und an vierter Stelle Psychopharmaka (Beruhigungs- und Schlafmittel) konsumiert. Viele dieser Mittel haben bei regelmäßigem Gebrauch nicht nur erhebliche organische Nebenwirkungen, sondern auch ein großes Suchtpotential. Das heißt, man kann nach längerer und regelmäßiger Einnahme von ihnen abhängig werden und hat das Gefühl, ohne sie nicht mehr leben zu können. Will man das Medikament absetzen, wehrt sich der Körper mit Entzugserscheinungen. Viele Medikamentenabhängige schaffen deshalb einen dauerhaften Entzug nur mit ärztlicher Hilfe in einer auf solche Patienten spezialisierten Klinik.

Ein Beispiel für Medikamente mit einem erhöhten Suchtpotential sind **Schlaf- und Beruhigungsmittel (Benzodiazepine)**. Sie wirken angstlösend, dämpfend und schlaffördernd und werden deshalb bei akuten Angstzuständen, Unruhe, Geiztheit, Übererregbarkeit und Schlafstörungen eingesetzt. Wird ein benzodiazepinhaltiges Präparat über drei Monate hinweg angewendet, führt das in der Regel zur Abhängigkeit. Auch sogenannte **Psychostimulanzien** sollten wegen ihrer Suchtgefahr nur nach eingehender Rücksprache mit dem Arzt, der sie verschrieben hat, eingenommen werden. Sie sind als „Dopingmittel“ beliebt, weil sie Müdigkeit und Erschöpfungsgefühle verdrängen und die psychische Aktivität, Konzentration und Leistungsfähigkeit steigern. Häufig werden diese Substanzen auch als „Weckamine“ bezeichnet, die auch in Appetithemmern eine wichtige Rolle spielen.



Quelle: Fotolia/Martiman

Weg von der Pille: So können Sie helfen

Medikamentenabhängigkeit ist eine stille Sucht. Betroffene fallen nicht durch lautes Gegröle oder eine regelmäßige Alkoholfahne auf. Für Freunde, Eltern oder Kollegen ist es deshalb schwer zu erkennen, wenn jemand ohne den regelmäßigen Griff zur Tablette nicht mehr leben kann oder will. Wenn Sie den Verdacht haben, eine Person in Ihrem Umfeld kommt ohne Medikamente nicht mehr klar, fallen Sie nicht mit der Tür ins Haus. Sprechen Sie das Thema Sucht nicht direkt an, denn viele Betroffene gestehen sich die eigene Abhängigkeit nicht ein. Fragen Sie lieber nach den konkreten Erkrankungen oder Beschwerden, die zur Einnahme der Medikamente geführt haben. Zum Beispiel, ob die Kopfschmerzen, die Allergie oder die Schlafprobleme Ihrer Freundin oder Ihres Kollegen schon besser geworden sind und was der oder die Betroffene dagegen unternimmt. Da Medikamentenabhängige meist ihre Beschwerden als das eigentliche Problem betrachten, werden Sie auf diesem Weg später leichter den regelmäßigen Medikamentenkonsum und seine Nebenwirkungen thematisieren können. Natürlich sollen Sie weder einen Arzt noch einen Psychologen ersetzen, aber vielleicht können Sie ein offenes Ohr bieten und den Betroffenen für seine mögliche Suchterkrankung sensibilisieren. Vielleicht erleichtern Sie ihm damit den Gang zu einer Beratungsstelle. Wenn Sie selbst medikamentenabhängig sind, finden Sie unter folgenden Adressen weiterführende Informationen – auch zu Wirkungen und Nebenwirkungen einzelner Medikamente – sowie Hilfsangebote und Suchtberatungsstellen in Ihrer Nähe:

- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS), www.dhs.de
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), www.bzga.de
- Suchtselbsthilfe-Netzwerk, www.suchtselbsthilfe-netzwerk.de



Man sollte sich nie unter negativem Medikamenteneinfluss hinters Steuer setzen. Passiert dann ein Unfall, kann das sehr ernste und weitreichende Folgen haben.

Vollgedröhnt in den Unfall? Rote Karte von der Versicherung!

Die meisten Medikamente beeinträchtigen das Verhalten und die Reaktionsfähigkeit. Vor allem im Straßenverkehr und bei der Ausübung bestimmter Tätigkeiten spielt das eine große Rolle. So können beispielsweise Tranquilizer, bestimmte Schmerz-, Erkältungs-, Grippe- und Allergiemittel einen dämpfenden Einfluss auf Reflexe und Reaktionsvermögen haben. Auch die Betäubungsspritze beim Zahnarzt, Rheumamittel, Antidepressiva und Diabetes-Medikamente, Hustenblocker sowie Augentropfen und -salben können das Fahrverhalten negativ beeinflussen.

Tipp: Setzen Sie sich niemals ans Steuer, wenn Sie ein Medikament eingenommen haben, welches das Fahrverhalten ungünstig beeinflusst. Informationen dazu stehen im Beipackzettel, den Sie immer aufmerksam lesen und auch mit Ihrem Arzt besprechen sollten. Insbesondere, wenn er Ihnen das Medikament verschrieben hat. Ganz gefährlich wird's bei der Mischung von Alkohol mit bestimmten Medikamenten. Beide sollten im Straßenverkehr ebenso tabu sein wie Cannabis, Ecstasy etc. Kein Scherz: Wer im Tabletten-, Alkohol- oder Drogenrausch einen Unfall baut, verliert nicht nur seinen Führerschein und bringt sich strafrechtlich in Schwierigkeiten. Auch die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen bezahlen unter Umständen in solchen Fällen weder bei Arbeits- noch bei Wegeunfällen zwischen dem Wohnort und der Arbeitsstelle die Folgekosten. Bei grober Fahrlässigkeit kann sogar die Vollkasko-Versicherung die Leistung verweigern und die Haftpflichtversicherung zahlt erst ab einem bestimmten Betrag. Der Rausch am Steuer kann also ziemlich teuer werden.

Wie verbreitet ist Doping am Arbeitsplatz?

Die einzige gezielte Befragung zu „Doping am Arbeitsplatz“ in Deutschland ist der DAK-Gesundheitsreport 2009. Befragt wurden 3.000 Erwerbstätige im Alter von 20 bis 50 Jahren. Insgesamt gaben fünf Prozent der Befragten an, häufig leistungssteigernde oder stimmungsaufhellende Medikamente einzu-

nehmen, zum Teil taten sie dies auf ärztliche Verordnung oder sie griffen zu nicht verschreibungspflichtigen Mitteln. Etwa ein bis zwei Prozent nahmen jedoch verschreibungspflichtige Medikamente ein, ohne dass eine entsprechende ärztliche Verordnung und Diagnose vorlagen. Dieser Anteil entspricht zirka 280.000 bis 560.000 Personen bundesweit. Speziell für die Zielgruppe Azubis gibt es keine gesicherten Daten über die Verbreitung von Doping am Arbeitsplatz.

**ARBEIT UND
GESUNDHEIT**

www. **nextline** .de

Impressum ARBEIT UND GESUNDHEIT next. **Dezember 2010** Die Infoseiten für junge Leute

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin, www.dguv.de. Redaktion: Andreas Baader (verantwortlich), St. Augustin, Dr.-Ing. Marco Einhaus, Landesverband Süd-Ost, München, Gabriele Albert, Wiesbaden. Text: Gabriele Albert, Stefanie Richter. Grafisches Konzept: a priori werbeagentur, Wiesbaden. Titelfoto: Strandperle/Westend 61. Verlag: Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Tel.: 0611/9030-0, Fax: -281, www.nextline.de