



## Glossar zum Thema Sucht

Die unten erklärten Begriffe und Wörter kommen im Zusammenhang mit Sucht häufig vor. Zu wissen, was sie bedeuten, erleichtert das Verständnis der Suchtentwicklung.

- **Stoffgebundene Sucht**

Sucht, die durch die Einnahme einer bestimmten Substanz, eines bestimmten Wirkstoffes erzeugt wird: Koffein, Heroin, Nikotin, Alkohol, Cannabis etc.

- **Stoffungebundene Sucht**

Sucht, die aus Tätigkeiten und Konsum entstehen und auffällige Verhaltensweisen bezeichnet: Fernsehsucht, Arbeitssucht, Internetsucht, Putzsucht etc. Dauer und Umfang dieser Tätigkeiten können nicht mehr bewusst gesteuert werden.

- **Psychische Abhängigkeit**

Wir sprechen von psychischer Abhängigkeit, wenn ein unwiderstehliches, starkes Verlangen nach der weiteren Einnahme der Droge oder einem bestimmten Verhalten besteht, damit sich ein Wohlgefühl einstellt oder Unlustgefühle vermieden werden können. Die Gedanken kreisen ständig um diese Substanz oder um diese Tätigkeit, andere Interessen werden vernachlässigt (Interessenabsorption).

- **Physische Abhängigkeit**

Eine physische (körperliche) Abhängigkeit besteht dann, wenn sich der Körper nach mehrfachem regelmässigem Konsum einer Droge an die Wirkung gewöhnt hat und zunehmend grössere Mengen der Substanz konsumiert werden müssen (Toleranzbildung). Ein plötzliches Absetzen der Droge bringt den Stoffwechsel des Organismus in Unordnung (Entzugserscheinungen). Ist jemand körperlich abhängig, besteht meist vorher eine psychische Abhängigkeit.

- **Soziales Umfeld**

Persönliche Beziehungen und Kontakte zu Familie, Freunden, Verwandten, in der Schule oder am Arbeitsplatz.

- **Kulturelles Umfeld**

Vorstellungen, Werte und Einstellungen sowie tolerierte, erwünschte, aber auch verbotene Verhaltensweisen einer Gruppe oder einer ganzen Gesellschaft.

- **Transmitter**

Dies sind chemische Botenstoffe, die die Verbindung zwischen zwei Nervenzellen herstellen. Dort, wo zwei Nervenzellen miteinander in Kontakt treten, an der Synapse, werden Impulse und Signale durch Botenstoffe übertragen. Dopamin, das „Belohnungsmolekül“ ist ein solcher häufig vorkommender Botenstoff.



- **Rezeptoren**

Dies sind Andockstellen für Botenstoffe. Sie ermöglichen die Reizweiterleitung von einer Nervenzelle auf die andere.

- **Limbisches System**

So heisst das Lust- und Motivationszentrum im mittleren Teil des Gehirns. Dieser Bereich des Gehirns ist wichtig für die Ausbildung von Gefühlen und das Verknüpfen von Erinnerungen. Veränderungen im limbischen System spielen eine grosse Rolle bei der Entstehung von süchtigem Verhalten.

- **Kontrollverlust**

Das Verhalten kann nicht mehr durch den eigenen Willen oder die Vernunft gesteuert werden. Es besteht eine Unfähigkeit, mit einem Mittel oder einem Verhalten kontrolliert umzugehen.

- **Abstinenzunfähigkeit**

Trotz körperlicher, psychischer und/oder sozialer Schädigung kommt es zu einer Unfähigkeit, aus eigener Kraft dauerhaft auf ein bestimmtes Mittel oder Verhalten verzichten zu können. Trotz der Kenntnis der Probleme, die der Missbrauch verursacht, wird etwas immer wieder eingenommen oder getan.

- **Psychopharmaka**

Psychopharmaka sind Medikamente, die zur Heilung und Linderung von seelischen Krankheiten eingesetzt werden. Oft werden sie ohne medizinischen Grund zur Stimmungsveränderung benutzt. Sie beeinflussen das Denkvermögen, die Stimmung, die Wahrnehmung, den Antrieb oder die Wachheit. Einige Psychopharmaka machen psychisch und/oder körperlich abhängig.

- **Toleranzbildung**

So heisst die Gewöhnung des Körpers an Drogen bzw. Medikamente bei wiederholter Anwendung, die sich als abgeschwächte Wirkung zeigt. Um angenehme Empfindungen weiterhin zu erzielen, wird eine immer höhere Dosis benötigt.

- **Entzugserscheinungen**

Je nach Drogenart und -konsum treten typische Reaktionen des Körpers auf, sobald die Substanz nicht mehr zur Verfügung steht. Entzugserscheinungen können sein: Unruhe, unstillbares Verlangen, Schwitzen, Erbrechen, Angst, Depressionen, Reizbarkeit, Schlafstörungen, Schmerzen, Krämpfe und sogar Wahnvorstellungen.

- **Interessenabsorption**

Beschaffung und Konsum der Substanz oder das Ausüben der Tätigkeit bestimmen das alltägliche Leben. Verpflichtungen in Schule, Familie und Beruf werden als unwichtig betrachtet. Die Betroffenen sind unfähig, sich in der Freizeit sinnvoll zu beschäftigen.



- **Halluzination**

So bezeichnet man das Wahrnehmen und Spüren von Dingen, die nicht vorhanden sind. Beispielsweise werden Stimmen gehört oder Berührungen gespürt, obwohl niemand anwesend ist.

- **Wahnvorstellung**

Dies sind Überzeugungen oder Ideen, die sich nicht mit der Realität vereinbaren lassen. Beim Verfolgungswahn z.B. fühlen sich Betroffene bespitzelt, überwacht und unter ständiger Kontrolle. Dabei sind die Betroffenen überzeugt von der Richtigkeit ihrer Sichtweise.