

# Sucht und Depression: Ursachen und Folgen nicht verwechseln

von Dr. Burkhard Kastenbutt

Depressive Verstimmungen können im Rahmen der Alkoholabhängigkeit und des Alkoholentzugs in unterschiedlicher Form in Erscheinung treten. Bei absoluter Abstinenz klingen sie aber oftmals nach zwei bis drei Wochen ohne jede Therapie wieder ab. Bereits nach drei Monaten der Abstinenz lassen sich vielfach positive gesundheitliche und psychische Veränderungen feststellen. Dabei steigt das Selbstbewusstsein der meisten Betroffenen, wobei es zur individuellen Antriebssteigerung und Motivation kommt.

Ob nun einer Suchtentwicklung eine Depression vorangeht oder ob diese eher im Gefolge der körperlichen Wirkung des Alkohols auftritt, darüber streiten sich bis heute die Geister. In der sozialwissenschaftlichen Suchtforschung geht man jedoch davon aus, dass eine Depression nicht pauschal als Ursache einer Abhängigkeit gewertet werden kann, da es sich um ein viel komplexeres Geschehen handelt. Es sind vor allem psychosoziale Faktoren, die die Entwicklung einer Sucht kennzeichnen und lange vor dem Auftreten depressiver Symptome vorhanden sind. Dagegen wird in manchen Bereichen der Medizin und der Neurowissenschaft pauschal behauptet, dass eine Depression vielfach Auslöser einer Suchtkrankheit sei, wobei hier Störungen des Gehirnstoffwechsels im Vordergrund der Betrachtung stehen.

Sicherlich gibt es Suchtkranke, die in der nassen Phase der Sucht und darüber hinaus eine geringe Lebenszufriedenheit aufweisen, denen es an Selbstwirksamkeit mangelt und deren Leistungsfähigkeit und Lebensqualität dadurch beeinträchtigt wird. Nur handelt sich dabei eher um eine Minderheit, denn die Mehrheit der Betroffenen gewinnt schon nach relativ kurzer Zeit der Abstinenz wieder an seelischer Stabilität. Vielen Betroffenen ist bewusst, dass es in der Abstinenz darum geht, an jenen Belastungen und Problemen zu arbeiten, die sie in ihrer Lebenswelt erfahren und die konkret zu ihrer Suchtentwicklung beigetragen haben, sich aber allein auf medikamentösem Weg nicht lösen lassen.

Dennoch wird heute vielen Suchtkranken während ihrer stationären oder ambulanten Therapie ein Antidepressivum verordnet. Vielfach wird dessen Einnahme im Anschluss an die Therapie noch über einen längeren Zeitraum fortgesetzt, auch wenn dies nicht zweckmäßig und sogar gesundheitsriskant ist. Diskutiert in Eurer Gruppe oder im Rahmen eines Seminars daher bitte über die folgenden Fragen:

Sind Eurer Meinung nach depressive Verstimmungen generell als Ursache einer Sucht zu werten?

Spielen hierbei vielleicht auch andere Faktoren eine Rolle?

Sind seelische Verstimmungen in der Zeit der Entwöhnung vom Suchtmittel vielleicht sogar normal?

Wann kam im Rahmen Eurer Abstinenz das Gefühl auf, dass ihr psychisch stabiler wurdet?

Was unternimmt Ihr heute, um psychisch und körperlich stabil zu bleiben?

Über welche praktischen Erfahrungen verfügt Ihr in diesem Zusammenhang?