Zeitschrift: Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen

Herausgeber: Die Kette, Dachverband der privaten therapeutischen Einrichtungen in der Drogenhilfe der Region Basel

Band: 10 (1983)

Heft: 1

Artikel: Warme Elemente im Kalten Entzug

Autor: Kubli, Urs P.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-799871

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Warme Elemente im Kalten Entzug

Fixer auf Entzug frieren und frösteln auch im Sommer. Der Entzug der Droge wird auch als Wärmeentzug empfunden Der Begriff "kalter" Entzug (oder seine Entsprechung im Englischen "Cold Turkey"), der den Entzug ohne Medikamente bezeichnet, leitet sich von diesem zentralen Entzugssymptom des Frierens ab. "Turkey-Haut" ist die spezielle "Hühnerhaut" auf dem Entzug.
Wärme und Kälte sind elementare Dinge, direkt spürbar durch den Körper, aber auch fühlbar in der Interaktion mit anderen Menschen. Beide Arten von Wärme sind lebenswichtig, lebensnotwendig. Das Kleinkind stirbt, wenn es nicht in die Arme genommen wird, wenn es keine Zuwendung erfährt von seinen Bezugspersonen. Später wird man zäher und überlebt auch in der Kälte.
Es gibt verschiedene Theorien, die zu erklären versuchen, warum jemand drogenabhängig wird. Nach einer dieser Theorien ist Sucht nichts anderes als die Suche nach Liebe und Zuwendung, nach Wärme. Die Droge wird zum Liebesersatz.
Wir führen kalte Drogenentzüge durch. Kalt heisst in diesem Zusammenhang: keine Medikamente, kein medikamentöser Ersatz. Viele Leute erschrecken bei diesem Gedanken. Allzu verbreitet ist die aus der Medizin stammende Einstellung, dass jeder Mangel mit einem Medikament zu beheben sei. Und der Süchtige auf Entzug ist doch offensichtlich in einem Mangelzustand. Zweifellos liesse er sich auch durch ein Medikament beheben. Am wirksamsten ist die Droge selbst. Nur, wer käme schon auf den Gedanken, Alkoholkranke mit Schnaps zu kurieren? Und Drogenabhängige mit Drogen?
Es gibt Leute, die geben Opiatabhängigen auf Entzug sogenannte Ersatzmittel, Methadon oder anderes. Wir bieten Wärme und Geborgenheit.
Drogenentzug ohne Ersatzmittel ist unserer Meinung nach durchführbar, - unsere Erfahrung in den letzten zwei Jahren bestätigt dies - wenn der therapeutische Rahmen dem Süchtigen ermöglicht, sein Bedürfnis nach Wärme auf gesunde und selbstverantwortliche Weise zu befriedigen.

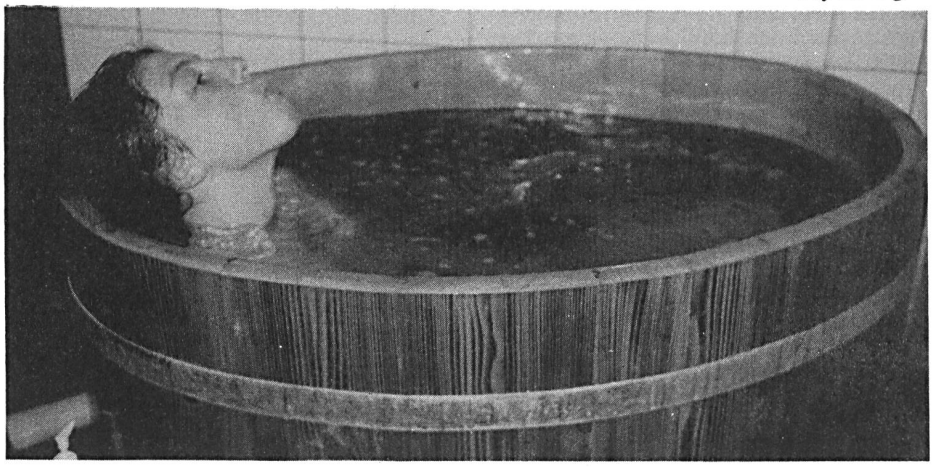
Was sind unsere Mittel?

Gegen die innere Kälte und Leere:

- **Entzug in der Gruppe:**
  Während den 15 Tagen leben eine Gruppe von bis zu sieben Klienten und vier Therapeuten zusammen in einem Haus. Dieses Setting ermöglicht dem Klienten seine eigene Isolation zu durchbrechen und Kontakt aufzunehmen, Anteilnahme und Interesse zu empfinden und von den anderen zu erfahren.
- **In den Gruppengesprächen,** die zweimal täglich stattfinden, bietet sich Gelegenheit, Gefühle zu verbalisieren und Konflikte auszutragen (und vieles mehr).
- **Massage** ist unter anderem auch ein Weg, über den Körper von einem anderen Menschen Zuwendung zu erfahren.
- In den verschiedenen Aktivitäten, in Arbeit, Sport, Musik und Spiel können andere Gruppenmitglieder nahe erlebt werden, kann der eigene Kontakt zu andern wiedererlebt werden.

Gegen die äusserlich (körperlich) empfundene Kälte:

- Selbstverständlich ist unser Haus immer gut geheizt. Eine kombinierte Oel-Holzzentralheizung lässt uns auch kalte Winterzeiten "angenehm" überstehen.
- Der Chemineeofen in der Stube ermöglicht dem Klienten, das wärmende Element "Feuer" direkt zu erfahren.
- Heute können wir uns unsere Arbeit ohne Sauna kaum mehr vorstellen. Sie ist fast jeden Abend in Betrieb und wird von einzelnen Klienten auch gerade in den ersten und schwierigsten Tagen des körperlichen Entzuges viel benutzt.
- Im Holzzuber können kalte (nach der Sauna) und heisse Bäder genommen werden mit verschiedenen Kräuterzusätzen, die mithelfen, den Körper zu entspannen oder den Kreislauf anzuregen.

Wenn ich hier zwischen äusserlicher und innerlich empfundener Kälte unterscheide, so weiss ich um die Künstlichkeit dieser Unterscheidung und dass in Wirklichkeit Körper und "Seele" eine Einheit sind. Oft erleben aber gerade Süchtige sich selbst nicht als Einheit, erleben den Körper oder bestimmte Gefühle als nicht sich selbst zugehörig. Eines unserer Ziele während des zweiwöchigen Entzuges ist es, in der Gruppe eine Atmosphäre von Wärme und Geborgenheit zu schaffen, die dem einzelnen Drogenabhängigen in der Krisenzeit des Entzuges die Möglichkeit gibt, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, ohne dass ihn dabei die Angst überwältigt. Wir haben dieses Ziel nicht immer erreicht, aber wir haben es immer häufiger erreicht und das macht uns auch Mut, weiterhin "kalte" Entzüge durchzuführen.

Urs P. Kubli
Psychologe