Entzug mit Krisenhelfer

Autor(en): **Hagemann, Peter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen**

Band (Jahr): **- (1989)**

Heft 1

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-799703

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Entzug mit Krisenhelfer

KETTE-Geschäftsführer PETER HAGEMANN über Sucht und Abschied

Wie gelähmt sitze ich am Schreibtisch, vermag kaum einen Gedanken zu fassen oder einen Finger zu rühren. Alles in meinem Gehirn kreist um die entspannende Zigarette, die wohl auch das rumorende Gedärm beruhigen würde. In diese Situation gerate ich immer wieder, seit ich mir die Zigaretten versage, mit denen ich mich bisher zu umnebeln pflegte. Mehr als einmal hätte um's Haar die Sucht gesiegt und mich dem Kiosk zugetrieben. Doch nun lebe ich, wenn diese Zeilen in Druck gehen, knapp vier Monate schon ohne Nikotin, und das Schlimmste dürfte damit wohl überstanden sein.

Nun, einfach ist es nicht, nach über zwanzig Jahren und gegen dreihunderttausend Zigaretten, das geht in Fleisch und Blut über, bleibt ein Leben lang haften und lässt sich wohl nie mehr ganz abschütteln. Nichts feit schliesslich den ehemaligen Raucher vor dem Rückfall - auch nach Jahren nicht, wie einschlägige Beispiele im Bekanntenkreis belegen. Begleiter in den ersten Wochen des Entzugs war eine vergoldete Klammer, abgegeben und ins linke Ohr gesetzt - nicht ohne kurzen Schmerz - vom Zürcher Antitabakzentrum. Die Klammer soll, so der Arzt des Zentrums, ähnlich einer Akupunkturbehandlung einen Druckpunkt reizen und damit den Körper zur Produktion sogenannter Endorphine veranlassen - Stoffe, die im Körper angeblich eine morphinähnliche Wirkung haben. Leicht betäubt, wie in Watte gepackt, verbringt man so seine Tage und leidet weniger stark unter den Entzugserscheinungen und Mangelgefühlen. Ob die Klammer Scharlatanerie ist, oder ob's wirkt, kann ich nicht sagen. Denn welche meiner Gefühlszustände auf die Klammer, welche auf den Nikotinentzug zurückzuführen waren, konnte ich nicht auseinanderhalten - weil ja beide Zustände für mich neu waren. G e w i r k t hat die Klammer bei mir wohl auf ganz andere, vielleicht unerwartete Weise: mein G r i n d hat es einfach nicht zugelassen, trotz der Klammer im Ohr zu rauchen. So erwies sich die Klammer auf ganz besondere Weise als Krisenhelfer beim Entzug.

Derart bin ich also zum Nichtraucher geworden und möchte es bleiben. In dem für mich neuen Zustand entdekke ich laufend neue, für mich bisher unbekannte Aspekte meiner Persönlichkeit. Manchmal fühle ich mich tatsächlich fast wie ein neuer Mensch. Anderen Menschen, die ich kenne, geht es manchmal mit mir offensichtlich auch so. Mit Leuten, mit denen ich bisher gut ausgekommen bin, fange ich an zu streiten, bei anderen entdecke ich neue, bisher übersehene, oft positive Seiten. Das Leben ist intensiver geworden, und ich gewinne dem Alltag mehr ab. Auch Abschied wird zum Thema: manche Verhaltensweisen, manche Dinge gehören plötzlich zur Vergangenheit, lassen sich mit dem neuen Befinden nicht vereinbaren.

Bei alle dem beginne ich zu ahnen, dass die Tabakkultur so harmlos nicht ist, in ihren Auswirkungen in unserer Gesellschaft wohl unterschätzt wird. Im Auge habe ich dabei nicht nur die körpermedizinisch erfassbaren gesundheitlichen Probleme und die volkswirtschaftlichen Kosten des Tabakkonsums, sondern auch dessen Auswirkungen auf die seelisch-geistige Befindlichkeit. So kann sich etwa Mario Gmür angesichts der Hartnäckigkeit der Nikotinsucht "eines Staunens nicht erwehren". Er bringt die Nikotinsucht in die Nähe der Heroinsucht und fragt, "was für Erfolgserwartungen wir realistischerweise denn an verwahrloste Heroinabhängige noch stellen dürfen", wenn doch "die Nikotinsucht loszuwerden schon so schwer ist" ("Suchtprobleme&Sozialarbeit Nr4/88, S.176). Vielleicht bestehen, gerade im psychischen Bereich, zwischen Nikotin- und Heroinsucht nur graduelle Unterschiede?

Wie dem auch sei: der Umgang mit Substanzen, die abhängig machen, wird längerfristig wohl stets Veränderungen in der Persönlichkeitsstruktur nach sich ziehen. Um die Möglichkeit auf Veränderungen, auf ein Leben ohne Suchtmittel aufrechtzuerhalten, gilt es heute, die abstinenzorientierte Therapie weiter zu entwickeln. Damit ist aber nichts gesagt gegen Hilfen für Drogenabhängige, die sich nicht am Abstinenzprinzip orientieren lassen bzw. für jene Mehrzahl, die von der abstinenzorientierten Therapie gar nicht erreicht wird. Solche Angebote, die auf das Abstinenzgebot verzichten und Hilfen dazu bieten, wenigstens die noch vorhandenen Ressourcen zu retten, sind am Platz und nötig - je länger je mehr. Konsum und Kleinhandel gehören sodann entkriminalisiert. Denn Raucher und Alkoholiker werden schliesslich auch nicht verfolgt. Der gelegentlich aufflackernde Glaubenskrieg zwischen Gegnern und Vertretern der Liberalisierung in der Drogenpolitik sollte durch differenzierende Konzeptionen ersetzt werden.

Damit möchte ich mich von unseren Leserinnen und Lesern verabschieden. Denn nachdem ich mich, wie ich hoffe, von den Ketten der Nikotinsucht befreit habe, verlasse ich nun per März auch den Dachverband DIE KETTE und damit das Magazin für Drogenfragen. Ich hoffe, mit meinen (oft unsignierten) Beiträgen Interessantes oder doch Lesbares zum Magazin beigetragen zu haben. Dem Redaktionsteam und meinem Nachfolger wünsche ich viel Mut, und, ja, auch Spass beim Weitermachen. ■