

Für meinen Artikel „Das Leid der Süchtigen“ habe ich die Ärztin, Psychologin und Mediatorin im Strafrecht Dr. Marion Waade interviewt. Unter anderem habe ich gefragt, ob es bestimmte Personengruppen gibt, die eher für Süchte empfänglich sind als andere Personen. Außerdem möchte ich meinen Leserinnen und Lesern jedwede Form von Sucht medizinisch erläutern lassen.

Leo Büchner: Hallo Frau Waade. Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen, mir bei meinem Artikel zu helfen.

Sie sind ehrenamtlich im Bundesvorstand des Vereins ANUAS e.V., der Hilfsorganisation von Angehörigen von Mordfällen. Angehörige sind den Betroffenen, nämlich ihren Liebsten, ganz nah, und können lediglich beistehen, jedoch nicht wirklich helfen. Hinzu kommen mangelndes Verständnis von Seiten der Justiz und von Seiten der Bevölkerung. Begegnen Sie vielen Menschen mit Suchtpotential?

Marion Waade:

Ja, Angehörige nach einer tödlichen Gewalttat sind sogenannte Mit-Opfer. Diese Menschen leiden ebenso, wie überlebende Opfer nach einer Gewalttat, sie werden traumatisiert. Trauma hat viele Gesichter. Es muß nicht immer durch körperliche Gewalt entstehen.

Auch die seelische und psychische Belastung – zugefügt durch andere Menschen, die Diskriminierung und die Ausgrenzung aus dem sozialen Umfeld – ist eine Form der Gewalt, die traumatische Auswirkungen haben kann. Aus dem Grund müssen die Hilfen breit und flexibel sein.

Sucht ist eine mögliche Auswirkung einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Bei Betroffenen gewaltsamer Tötung wird diese Auswirkung durch die Gesellschaft kaum oder nicht berücksichtigt.

Leo Büchner: Welche Personengruppen besitzen denn nun mehr Suchtpotential als andere?

Marion Waade:

Diese Frage kann man nicht eindeutig beantworten. Die Personen sollten immer mit ihren Problemlagen individuell gesehen werden. Eine entscheidende Rolle spielt die psychische Stärke der Menschen. Welche Ressourcen und Resilienzen besitzen die Menschen. Wie viele Schicksalsschläge haben Betroffene bereits durchgestanden, waren sie in der Lage, diese durchzustehen und gut zu meistern, oder eher nicht. Oft spielt auch die „Sinnfrage“ eine entscheidende Rolle. Findet der Betroffene einen Sinn in seinem Leben, oder ist ihm alles so ziemlich egal. Der Psychologe und selbstbetroffene KZ-Arzt, Victor Frankel betonte, dass der Mensch auf Sinnhaftigkeit ausgerichtet ist. Jeder Mensch stellt sich die Frage nach dem Sinn seines Lebens.

Somit kann man nicht eindeutig sagen, welche Personengruppen mehr Suchtpotential besitzen als Andere.

Betroffene sind oft Menschen, die nicht gelernt haben, Konflikte durchzustehen oder Enttäuschungen zu ertragen.

Menschen mit einem geringen Selbstwertgefühl, mit der Furcht zu versagen oder in der Gruppe nicht anerkannt zu werden oder auch Menschen, die von Langeweile, Wut, Angst oder Einsamkeit erdrückt werden.

Leo Büchner: Im Zusammenhang mit Waschzwang, Daumen lutschen, Fingernägel kauen oder auch Kaugummi kauen spricht man von Angewohnheiten. Gilt das auch für Schlaf?

Marion Waade:

Alle diese Verhaltensgewohnheiten oder Zwänge sind oft bezogen auf bestimmte Kausalitäten, wie z.B. seelischen und psychischen Leidensdruck oder körperliche Gewalt, Mobbing, Vernachlässigung.

Schlafstörungen sind oft Traumafolgestörungen, wenn keine gesundheitlichen Problemfelder gefunden werden.

Eine Auswahl an Auswirkungen eines Traumas sind

- Depressionen
- Schlafstörungen
- Angst
- Sucht
- Persönlichkeitsstörungen
- Körperliche Erkrankungen
- Suizidgefahr

Der Psychologe Hylarion Petzold spricht von „5 Säulen der menschlichen Identität“. Dabei werden die Grundannahmen des Menschen beleuchtet:

- Glaube an die Unversehrtheit
- Annahme, dass die Welt verstehbar ist
- Überzeugung, selbst wertvoll zu sein
- Annahme, anderen Menschen trauen zu können

Leo Büchner: Was genau versteht man unter einem „Laster“, obwohl dieser Begriff von Süchtigen verwendet wird?

Marion Waade:

Unter einem „Laster“ verstehen betroffene und nichtbetroffene Menschen etwas Mangelhaftes. Wobei auch hier beachtet werden sollte, dass Nichtbetroffene den Betroffenen oft Laster zu schieben, die die Betroffenen vielleicht nicht unbedingt als Laster sehen. Die subjektiven Denkweisen sind hierbei nicht zu unterschätzen. Ein Laster könnte sein, dass auf Gesundheit und Lebensqualität nicht geachtet wird. Schwerwiegende persönliche, soziale, finanzielle und materielle Probleme wachsen den Betroffenen über den Kopf.

Psychische und seelische Belastungen, Trauma, Trauer, Schlaflosigkeit, Ängste, Wut, Depressionen, Suizidgefahr, Arbeitslosigkeit, Verlust des sozialen Umfeldes (Familie, Freunde, Kollegen ...), finanzielle und materielle Verluste ... und ständige Re-Traumatisierungen durch fehlerhaftes Verständnis und Umgang mit den Betroffenen, führt zu einer absoluten Überforderung.

Familienmitglieder, Freunde, Bekannte entscheiden oft subjektiv, was ein Laster ist und

projizieren dieses auf den Betroffenen. Hilfen sind oft von diesem Personenkreis nicht möglich, weil auf Dauer das Laster nicht „akzeptiert“ wird. Oft wird geäußert: „... jetzt rei dich mal am Riemen ... geh in die Verhaltenstherapie ... wer weiß, was du für eine Kindheit hattest ...“ u.. Die betroffenen Menschen geraten in den sozialen Abstieg und leben mit ihrem Laster weiter. Sie fühlen sich unverstanden. Sie werden nicht wirklich gefragt, wie man ihnen helfen könnte. Selten interessiert es Menschen aus der Gesellschaft.

Die Folge ist für Betroffene:

Unsicherheit, wie weiter? ... Selbstwertverlust ... Schamgefühl ... zerstörtes Selbstbewußtsein ... Misstrauen ... zerstörtes Urvertrauen ... Sinnlosigkeit ... Fragen nach Recht und Ordnung ... Werte und Normen werden in Frage gestellt ... fehlendes Vertrauen in Justiz, Gesellschaft ...

Viele betroffene Menschen stürzen sich in unterschiedliche Süchte, um mit den Problemen klar zu kommen.

Leo Büchner: Was genau passiert im Körper bei einer Sucht, und welche Rolle spielt bei Schten das Belohnungszentrum im Hirn?

Marion Waade:

Sehr schwierig: Abhängigkeit kann verschiedene Ausprägungen haben. Besonders seelische Abhängigkeit ist schwer zu erkennen. Zumal die Probleme und Sorgen Betroffener über viele Jahre gehen und nicht weniger werden.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. versucht Betroffenen zu raten und zu helfen.

Medizinisch ist nachgewiesen, dass jeder Suchtstoff und jede Droge im Körper auf unterschiedliche Weise wirken. Betroffene empfinden die Wirkungen oft als angenehm, erleben Anregungen und Lockerungen. Bleibt diese Wirkung aus, dann erzeugt das bei der betroffenen/abhängigen Person eine tiefe Missstimmung.

Der Kreislauf beginnt: Betroffene geraten unter Spannung, werden unruhig, getrieben, reizbar, ängstlich, nervös. Der Drang, die Wirkung des Suchtmittels zu erleben wird sehr groß.

Der Druck nach Schten kann durch äußere Reize (z.B. Orte, an denen üblicherweise konsumiert wird) oder durch innere Reize (z.B. Gefühle oder Erinnerungen an bestimmte Situationen) ausgelöst werden. Hier befinden sich die Betroffenen in der seelischen Abhängigkeit. Für die Seele bedeutet das Suchtmittel bei Betroffenen Sicherheit und Geborgenheit.

MERKE: „Sucht kommt nicht von Drogen, sondern von betäubten Träumen, verdrängten Sehnsüchten, verschluckten Tränen und erfrorenen Gefühlen“

Folglich führt Sucht zu Störungen im Gehirn, welche sich u.a. auch auf das Belohnungssystem (komplexes Netzwerk von Hirnstrukturen und neuralen Verbindungen) des Gehirns auswirken. Es führt zu einer Steigerung des Dopamins (Botenstoff). Dopamin spielt eine entscheidende Rolle bei Suchterkrankungen. Ebenso sind Basalganglien (Hirnkerne im Endhirn) von Bedeutung, weil diese für die menschliche Motivation und das Suchtverhalten zuständig sind.

Leo Büchner: Gibt es einen oder mehrere Unterschiede zwischen Pornosucht und

Sexsucht? Oder sind beides nur „schlechte Angewohnheiten“?

Marion Waade:

Es gibt unterschiedliche Süchte, z.B. Glücksspiele * Ess-Sucht * Mediengebrauch * Kaufsucht * Sex-Sucht * Sucht nach Drogen, Tabak, Alkohol

Die Frage, ob es einen Unterschied zwischen Pornosucht und Sexsucht gibt, würde ich gerne an einen Fachexperten weitergeben, das ist nicht speziell mein Thema.

Ganz einfach gesagt, geht die Sexsucht mit einem gesteigerten sexuellen Verlangen einher. Dabei beläuft sich das Feld von unkontrolliertem Konsum von Pornografie, Telefonsex, Cybersex, Sex-Chat mit Masturbation bis hin zu erschreckendem Risikoverhalten.

Fachspezialisten können dazu sicherlich aus ihrem Erfahrungsschatz mit Betroffenen viel intensiver und genauer erklären.

Leo Büchner: Bei Menschen mit Übergewicht und/oder mit dem sogenannten „Jo-Jo-Effekt“, die also in kurzer Zeit viel Abnehmen und noch schneller zunehmen, zeigt sich oft, dass sie auch emotional im Ungleichgewicht sind. Richtig oder falsch?

Marion Waade:

Wenn pathologisch nichts nachgewiesen werden kann, kann sicherlich ein emotionales Ungleichgewicht vorliegen. So ist bekannt, dass Menschen, die unter einem großen seelischen Stress stehen oft den Drang haben, viel zu essen oder viele Süßigkeiten zu essen ... andere betroffene Menschen „können“ nichts essen. Immer wieder spielt die Individualität des Menschen eine Rolle. Psychologische Unterstützung ist in beiden Fällen nötig und ratsam.

Leo Büchner: Menschen, die dauerhaft adipös sind, also stark übergewichtig, berichten, dass vieles in ihrem Leben schief gelaufen ist, vom dauerhaften Misserfolg bis hin zu Missbrauch im engsten Kreis. Essen ist für viele dieser Menschen ein Ersatz. Wieso ist es ein Glücksgefühl, körperlich eingeschränkt zu sein?

Marion Waade:

Die Frage kann mit den Antworten der anderen Fragen verglichen und beantwortet werden.

Ob es sich um ein Glücksgefühl dabei handelt, wage ich anzuzweifeln.

Es gibt sicherlich Menschen, die es gut finden, wenn ihre Partner viel essen und unförmig aussehen. Ein Grund könnte hier sein, dass die/der Betroffene seinem Partner gefallen will. Hier muß im Gespräch in Erfahrung gebracht werden, was der Grund ist, wo der seelische Leidensdruck liegt. Erst dann kann geholfen werden – wieder individuell.

Leo Büchner: Manche Mediziner sagen, dass alles in Maßen gesund ist. Tatsächlich sind alle Heilmittel aus Pflanzen hergestellt: reine Opiate, Mohnpflanzen, Tabakpflanzen, Hefe, Weizen, und viele andere. Viele Junkies berufen sich auf solche Aussagen. Wie sehen Sie das?

Marion Waade:

Naja, hier fehlt oft Grundwissen. Sicherlich gibt es viele Pflanzen, die im „normalen“ Rahmen oder in einzelnen Bestandteilen auch in der Naturheilkunde angewandt und unbedenklich sind. Man sollte immer beachten, dass ein „zuviel“ immer gesundheitliche Schäden nach sich ziehen --- dazu hatte ich bereits Grafiken geschickt, um die Vielzahl der Nachteile an menschlichen Organen darzustellen, die für alle Drogen zutreffen.

Denken wir an die Mohnpflanze, die gut für das Einschlafen ist. Zuviel davon kann zu Lähmungen im Lungenbereich – der Atmung und zum Tod führen.

Nehmen wir ein weiteres Beispiel Cannabis:

CBD-Öl wird aus der Hanfblüte hergestellt. Beim Stichwort Hanfblüte mag der Eine oder Andere zunächst an die berauschende Wirkung von Marihuana denken. Marihuana wird jedoch aus Hanfsorten hergestellt, die reichlich THC (Tetrahydrocannabinol) enthalten, ein Stoff, der psychotrop wirkt, was bedeutet, dass er die Psyche des Menschen beeinflusst. Im CBD-Öl ist das THC nicht mehr enthalten. Dieses Öl wird – im Gegensatz zu Marihuana – aus Hanfsorten hergestellt, die THC-frei und gleichzeitig besonders reich an den gesundheitsfördernden Cannabidiol (CBD) sind.

Cannabidiol weist interessante Eigenschaften auf. So gilt es als entzündungshemmend, schmerzlindernd und beruhigend bzw. antipsychotisch. Letzteres bedeutet, dass extreme psychische Zustände, wie z.B. Wahnvorstellungen und unbegründete Ängste vom CBD in manchen Fällen verhindert oder zumindest gelindert werden können. Dazu liegen allerhand Forschungsstudien vor.

Die Pflanzen sollten immer kontrolliert genutzt werden. Bei einigen kann man bedenkenlos Stängel nutzen, bei anderen Blüten ... dazu ist es nötig, gute Kenntnisse zu besitzen, ggf. Naturheilkundler, Ärzte und Psychologen zu befragen.

Niemals sollte außer Acht gelassen werden, was die Stoffe im Körper mit den Organen machen, was wird ausgelöst. Die menschlichen Organe sind ein System und arbeiten gemeinsam.

Leo Büchner: Von mir persönlich kann ich berichten, dass ich allerspätestens nach drei Tagen nach Niichtrauchen aggressiv geworden war, und das mehr als 30 Jahre lang. Für Zigaretten hatte ich manchmal auf Essen verzichtet. Alles seit 2019 vorbei. Ist mein damaliges Verhalten aus medizinischer Sicht zu bestätigen oder war das mein Kopfkino?

Marion Waade:

Ich kenne Menschen, die vorher starke Raucher waren, die von jetzt auf gleich mit dem Rauchen aufgehört haben und nie wieder begonnen haben.

Es ist eine Einstellungssache. Ich sage immer: „Alles wird vom Hirn gesteuert“. Das bedeutet, wenn ich nicht mehr rauchen will, die Gefahren für mich und meine Gesundheit ernst nehme, dann bin ich in der Lage, zu entscheiden, wie ich weiter verfare.

Ich bin seit Jahren Hypnosetherapeutin und habe vielen Menschen geholfen, über eine Hypnose, das Rauchen aufzugeben. Ca. 30 Prozent haben nach einigen Jahren wieder angefangen zu rauchen, weil der Stress sie zu sehr belastet hätte.

Ich glaube, dass die Einstellung zum Thema nicht ausreichend war.

Leo Büchner: Viele Menschen schaffen es, die Zigarette auszumachen und so für immer aufzuhören. Abhängige von Alkohol sprechen von weißen Mäusen und vom „Flattermann“, Drogenabhängige von Millionen Ameisen. Was passiert da im Körper?

Marion Waade:

Das habe ich bereits über Extragrafiken erklärt bzw. in den Vorfragen beantwortet. Im Gehirn laufen etliche Vorgänge ab, die durch Fremdstoffen beeinflusst werden. So z.B. kann der Alkohol in der Leber nicht abgebaut werden. Die Leber ist das Hauptentgiftungsorgan des menschlichen Körpers. Die Alkoholdämpfe gehen ins Gehirn und schädigen Hirnzellen. Das ist jetzt natürlich nur sehr niedrigschwellig erklärt. Probleme im Gehirn greifen natürlich auch auf Organe über. Der körperlichen Kreisläufe (Lymphe, Blut, Wasser, Fett ... usw.) werden bei einem gesunden Menschen in der Regel optimal gesteuert.

Leo Büchner: Es gibt einen Dokumentarfilm, in dem in Touristengebieten Affen die Alkoholreste leer trinken und anschließend streitsüchtig werden. Bei Menschen, die Alkohol getrunken haben, ist dieses Verhalten mindestens an jedem Wochenende zu beobachten. Spielen dabei eine Sehbeeinträchtigung und Minderwertigkeitskomplexe eine Rolle?

Marion Waade:

Das weiß ich nicht!

Leo Büchner: Wieso ist bei allen Menschen mit Suchterkrankung die Bereitschaft zur Manipulation bis hin zu Aggressivität, Diebstahl und manchmal auch Mord so hoch?

Marion Waade:

Die Antwort ist bereits gegeben in den zugesandten Grafiken und Texten sowie in den Vorantworten. Die Beeinträchtigung der Psyche ... der seelische und psychische Leidensdruck spielen eine entscheidende Rolle, aber auch fehlende Resilienzen, Ressourcen, Sinnfragen, fehlende Werte und Normen ... Kulturunterschiede u.v.m.

Leo Büchner: Meiner persönlichen Ansicht nach bedeutet Drogenhilfe, dass man den Drogen hilft, damit noch mehr Konsumenten kommen anstatt Menschen zu helfen, von den Drogen weg zu kommen. Wie kann oder könnte man Ihrer Meinung nach Menschen langfristig aus der Abhängigkeit helfen?

Marion Waade:

Das sehe ich nicht so. Es gibt gute Möglichkeiten, sich Hilfen zu suchen. Häftlinge/Straftäter erhalten sehr gute Suchthilfen – mir bekannt in den JVA's Sachsen. Die Justizstellen einzelner Bundesländer finanzieren Sucht-Hilfeprojekte recht großzügig. Die Polizei bietet Drogenhilfen über Informationen und Aufklärungen an. Weitere Informationen als Anhang in der Mail ...

Leo Büchner: Seit 2024 sind der Konsum und der Anbau von Cannabis bedingt legal. Immer mehr Cannabinoide sind chemische Substanzen. Die Gefahr, dass immer mehr Kinder und Jugendliche durch erwachsene Konsumenten an Cannabis kommen, ist sehr hoch. Begrüßen Sie diese Entwicklung?

Marion Waade:

Nein, ich lehne die Entwicklung ab!

Leo Büchner: Dank des Darknets sind immer mehr härtere Drogen, wie Fentanyl, Crack, Crocodile (frist die Haut bis zu den Knochen auf), leicht erhältlich. An immer mehr Kiosken ist Lachgas für Jedermann erhältlich. Wie stehen Sie dazu?

Marion Waade:

Ich spreche mich generell dagegen aus, weiß aber auch, dass es etliche Prüfungen zu Verboten gibt.

Leo Büchner: Ich persönlich würde gerne alle Drogen - außer die für den medizinischen Bereich - verbieten und außer Landes schaffen,.Würden Sie mein Vorhaben unterstützen?

Marion Waade:

Ja, natürlich auf jeden Fall! Das wird aber ein schwieriges Unterfangen werden, weil die kulturellen Unterschiede in Deutschland zu groß sind und in vielen Ländern Drogen legal sind.

Dazu mehr in den Grafiken im Anhang.

Leo Büchner: Frau Waade, ich danke Ihnen herzlich für die Unterstützung meines Artikels und wünsche Ihnen auch bei der Betreuung von Mit-Betroffenen weiterhin viel Erfolg.

Webseite der Organisation:

www.anuas.de

<https://anuas-selbsthilfe.de/>

<https://anuas-traumaportal.de/>

Urheberrecht an diesem Interview: Leo Büchner