

Medikamente und Alkohol – ein gefährlicher Cocktail

MULTIPLER SUBSTANZGEBRAUCH

Immer mehr junge Menschen nehmen mehrere psychotrope Substanzen gleichzeitig ein. Ein solcher Mischkonsum ist aber gefährlich und keineswegs auf die leichte Schulter zu nehmen.

Joëlle Anzévu

Unter dem Begriff «multipler Substanzgebrauch», auch «Polykonsum» oder «Mischkonsum» genannt, wird die gleichzeitige oder leicht zeitversetzte Einnahme mehrerer psychotroper Substanzen verstanden: Alkohol, illegale Drogen, Medikamente und andere chemische Substanzen, welche die Funktionsweise des Gehirns und des zentralen Nervensystems beeinflussen und verändern. «Wir haben es hierbei keineswegs mit einem neuartigen Phänomen zu tun. In den Fachkreisen wird aber festgestellt, dass immer jüngere Menschen verschiedene Substanzen gleichzeitig oder zeitlich versetzt konsumieren und dass die Jugendlichen ihre ersten Erfahrungen mit psychotropen Substanzen je länger je früher machen», berichtet Dr. Annick Clerc Béro, Statistikerin bei Sucht Wallis. «Sieben Prozent der 15-jährigen Schweizerinnen und Schweizer geben an, schon einmal Medikamente eingenommen und gleichzeitig Alkohol getrunken zu

«Die Risiken sind enorm: Koma, Atemlähmung...»

Dr. Annick Clerc Béro

haben.» Es werden verschiedenste Substanzen kombiniert. Dieser Mischkonsum hat je nach Kombination die unterschiedlichsten Wirkungen auf Körper und Geist. Dadurch wird es schwierig, diesen multiplen Substanzgebrauch eindeutig zu erfassen. «Die Risiken sind enorm: Koma, Atemlähmung...» Zwischen 2018 und 2020 sind in der Schweiz rund 35 Jugendliche an den Folgen des Mischkonsums von Medikamenten und Alkohol gestorben. Diese gefährliche Praktik widerspiegelt, wie sehr die Einnahme von Medikamenten in unserer Gesellschaft

banalisiert, verharmlost wird. «Heutzutage nehmen wir einfach eine Pille, wenn wir Schlafprobleme, Stress oder Ängste haben», erklärt Romaine Jacquier, Suchtberaterin in der Beratungsstelle von Sucht Wallis in Martinach. «Dass die Erwachsenen zu Hause bei Beschwerden oder Problemen einfach eine Pillenschachtel zücken, entgeht auch den Kindern und Jugendlichen nicht. So haben auch sie leicht Zugang zu Medikamenten und können diese teils zweckentfremdet einnehmen, um sich zu beruhigen, ihre Stimmung zu heben oder ihre Leistung zu steigern.» Wie lässt sich erklären, dass wir Medikamente dermassen verharmlosen, dass sie schon fast zum täglich Brot gehören? «Im Vergleich zu anderen legalen oder illegalen Substanzen, von denen man genau weiss, wie gefährlich sie sind, verschaffen einem Medikamente ein falsches Gefühl von Sicherheit. Sie sind legal und werden von

Fachpersonen verschrieben.» Das hängt auch damit zusammen, dass immer mehr Dauerrezepte ausgestellt werden und das Suchtrisiko komplett unterschätzt wird.

Wie kann man Jugendliche begleiten?

Es ist schwierig, Jugendliche mit Präventionsbotschaften aufzurütteln. Die grosse Vielfalt dieser gemischten Konsumentengruppe macht die Prävention und die Betreuung umso komplexer. Und trotzdem – die allerwichtigste Rolle spielen die Eltern. «Es ist wichtig, mit den Jugendlichen offen zu sprechen und sich auch für ihre Erfahrungen mit dem Konsum von Substanzen zu interessieren. Wir ermuntern die Eltern dazu, ihren Kindern einen klaren Rahmen vorzugeben, insbesondere was die Uhrzeit anbelangt, zu der sie nach dem Ausgang nach Hause kommen müssen. Werden den Jugendlichen keine klaren Grenzen gesetzt, werden sie

diese immer weiter ausdehnen – denn Experimentieren, Ausprobieren und Erfahrungen sammeln gehört nun mal zu ihrer Entwicklung dazu», erklärt Romaine Jacquier. Bei den Regionalstellen von Sucht Wallis finden Jugendliche und auch Eltern, die mit jemandem über ihre Sorgen sprechen möchten oder die Fragen haben, ein offenes Ohr und vertrauliche Beratung. «Es ist äusserst wichtig, die Jugendlichen erreichen zu können. Daher unterstützen wir auch die Fachpersonen, die mit Jugendlichen zu tun haben – sei es im Verein, in der Schule, im Gesundheitswesen – damit wir Jugendliche in Schwierigkeiten frühzeitig ausfindig machen und ihnen helfen können. Vernetztes Arbeiten ist das Allerwichtigste.»

Weitere Infos:

> Informationen und Beratung: www.sucht-wallis.ch

> Informationen und Leistungen zur Prävention von Suchtverhalten: www.gesundheitsfoerderungwallis.ch

MISCHKONSUM – EIN ERNST ZU NEHMENDES THEMA!

▶ Welche Wirkung suchen die Jugendlichen?

- Intensivierte Wahrnehmung, Entspannung, Stimulation, Glücksgefühle
- Unterhaltung, Spass
- Reaktion auf Schwierigkeiten

▶ Risiken des Mischkonsums

- Entwicklung eines Suchtverhaltens
- Psychische Gesundheitsprobleme
- Körperliche Gesundheitsprobleme

▶ Eltern: Wie erkennen Sie die Vorzeichen?

- Jugendliche beobachten: Stimmung, Gemütsverfassung, Umgang mit anderen, schulische Leistung
- Offen miteinander reden, ohne Dinge zu verharmlosen oder zu dramatisieren
- Auf die Gefahren von Selbstmedikation hinweisen
- Die Jugendlichen dazu ermutigen, nicht allein zu bleiben und eine Gesundheitsfachperson oder jemanden bei Sucht Wallis aufzusuchen



DIE OMBUDSSTELLE INFORMIERT

Welche Rolle spielt die Ombudsstelle? Wer kann sich an sie wenden?

Die Ombudsstelle für das Gesundheitswesen und die sozialen Institutionen steht Patienten*, Heimbewohnern, deren Angehörigen sowie dem Personal der Sozial- und Gesundheitseinrichtungen zur Verfügung. Ein Patient oder ein Angehöriger, der mit der Versorgung durch eine Fachperson oder eine Einrichtung (Spital, Klinik, APH, SMZ, soziale Einrichtung) nicht zufrieden ist, kann sich an die Ombudsstelle wenden, um zusätzliche Informationen zu diesem komplexen Bereich einzuholen. Der Patient oder die betroffenen Angehörigen werden von der Ombudsstelle an die richtige Ansprechperson für ihr Anliegen weitergeleitet. Die Ombudsstelle zeigt ihnen ihre Optionen auf (Mediation, Straf-, Zivil- oder Verwaltungsverfahren). Zunächst einmal werden ihnen die bereits existierenden Mediationsstellen empfohlen. Die Ombudsstelle kann in gewissen Fällen auch selbst anbieten, zwischen den Parteien zu vermitteln. Hierbei handelt es sich um ein zusätzliches Angebot zur Lö-

sung des Konflikts. Die Ombudsstelle fungiert als allgemeine Orientierungsplattform ohne Entscheidungsbefugnis. Sie bietet Unterstützung, hat aber keinerlei Befugnisse, sobald ein Gerichts- oder Verwaltungsverfahren eröffnet wird. Auch für rein finanzielle Fragen (insbesondere Gewährung oder Verweigerung von Sozialhilfeleistungen, Anfechten einer Rechnung) oder für Konflikte, die in den Bereich der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden (KESB) fallen, ist sie nicht zuständig. Ein Angehöriger kann Missstände oder Unzulänglichkeiten auch anonym melden. Die Ombudsstelle kann die Situation unter Wahrung der Identität der meldenden Person der Dienststelle für Gesundheitswesen mitteilen, damit diese der Meldung genauer nachgeht und die nötigen Schritte einleitet. Auch die Angestellten der Sozial- und Gesundheitseinrichtungen können Situationen und Fälle anonym melden, ohne um ihre Arbeitsstelle bangen zu müssen. Die Dienstleistungen der Ombudsstelle

sind neutral und kostenlos. Sie übt ihre Tätigkeit völlig unabhängig und in ihren eigenen Räumlichkeiten aus. Die Vertraulichkeit ist gewährleistet. Alle nützlichen Informationen zur Ombudsstelle finden Sie auf der Website www.ombudsman-vs.ch

Dienstag nachmittags und Donnerstag vormittags steht ein telefonischer Auskunftsdienst zur Verfügung: 027 321 27 17. Sie können Ihre Fragen auch per E-Mail stellen: info@ombudsman-vs.ch

*Jede Personenbezeichnung gilt für Frauen und Männer gleichermaßen.



Ludivine Détienne
Leiterin der Ombudsstelle
info@ombudsman-vs.ch
Tel. 027 321 27 17

Partner



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

www.vs.ch/gesundheit



www.gesundheitsfoerderungwallis.ch

