

Psychotrope (auch bezeichnet als psychoaktive) Substanzen, wirken im zentralen Nervensystem und beeinflussen unsere Wahrnehmung, unser Denken, Fühlen und Verhalten. Hierzu zählen Tabak, Alkohol, psychotrope Medikamente, wie Schlaf-, Beruhigungs- oder Schmerzmittel, und illegale Drogen. Wer psychotrope Substanzen konsumiert, kann aufgrund dieser sofortigen, zumeist angenehmen, Wirkung auf die Psyche süchtig werden. Die kurzfristig positiven Effekte führen zu einem gesteigerten Konsum, welcher langfristig schädliche Folgen hat (zum Beispiel für Körper, Seele oder auch im sozialen und beruflichen Kontext). Die Übergänge von einem regelmäßigen Gebrauch zu einem riskanten Gebrauch bis hin zur Sucht sind häufig fließend.^{1,2}

Substanzen. Es gibt zahlreiche psychotrope Substanzen. Diese können anhand unterschiedlicher Merkmalen zu Gruppen zusammengefasst werden. Zum Beispiel können sie hinsichtlich ihrer Akzeptanz in der Gesellschaft unterschieden werden. Alkohol, Tabak und psychotrope Medikamente lassen sich somit in Deutschland den legalen Substanzen zuordnen, Cannabis oder Heroin hingegen den illegalen Substanzen. In anderen Ländern können wiederum andere Regelungen gelten. Auch können psychotrope Substanzen nach Art und Stärke ihrer Wirkung untergliedert werden. Jedoch lassen sie sich nicht immer trennscharf einer Wirkungsart zuordnen, da diese auch immer von der Dosierung der Substanz sowie der jeweiligen Ausgangslage (in welcher Situation/ Stimmung befindet sich die Person gerade) abhängig ist. Folgende Wirkrichtungen können unterschieden werden: *Anregende (stimulierende) Wirkung* mit einhergehender Leistungssteigerung und Wachheit, *beruhigende (sedierende) Wirkung*, die sich unter anderem durch einen Rückgang von Ängsten und Spannungszuständen zeigt, sowie *halluzinogene/ psychedelische Wirkung*, die sich beispielsweise in einer verzerrten Wahrnehmung und traumähnlichen Bildern äußert. Zu den stimulierenden Substanzen zählt beispielsweise Kokain, zu den sedierenden Substanzen unter anderem Beruhigungsmittel und zu den psychedelischen Substanzen zum Beispiel LSD. Alkohol ist ein typisches Beispiel für eine psychotrope Substanz, die sich nicht klar einer Wirkungsart zuordnen lassen: In kleineren Mengen kann Alkohol anregend wirken, in größeren Mengen oder bei einer nervösen Stimmung eher beruhigend. Fast alle psychotrope Substanzen haben außerdem einen euphorisierenden Effekt, das heißt sie erzeugen eine angenehme, gehobene Stimmung.^{3,4}

Krankheitsbilder und -zeichen. Krankheitsbilder, die durch den Konsum von psychotropen Substanzen auftreten können, sind **Störungen durch Substanzkonsum** (Substanzkonsumstörung) sowie **substanzinduzierte Störungen**. Zu letzteren zählen beispielsweise die Vergiftung aufgrund der Einnahme einer Substanz, zum Beispiel eine Alkoholvergiftung, oder auch psychische Störungen, die in Zusammenhang mit einem Substanzkonsum entstehen. Störungen durch Substanzkonsum zeichnen sich durch folgende Kriterien aus, wobei je nach Substanz einige Merkmale weniger gewichtig bzw. nicht zutreffend sind:

- Die Substanz wird in größeren Mengen oder über einen längeren Zeitraum konsumiert als beabsichtigt
- Wiederholte erfolglose Versuche, den Substanzkonsum einzuschränken und zu kontrollieren oder zu beenden
- Hoher Zeitaufwand, die Substanz zu beschaffen, zu konsumieren oder sich von ihrer Wirkung zu erholen
- Starkes Verlangen nach der Substanz
- Wiederholter Substanzkonsum, der dazu führt, dass wichtige Verpflichtungen (zum Beispiel auf Arbeit, in der Schule, im Haushalt) nicht erfüllt werden
- Der Substanzkonsum wird trotz aufgrund des Konsums entstandener bzw. verstärkter sozialer oder zwischenmenschlicher Probleme fortgesetzt
- Aufgabe oder Einschränkung wichtiger sozialer, beruflicher oder Freizeitaktivitäten aufgrund des Substanzkonsums
- Wiederholter Substanzkonsum in Situationen, in denen dieser zu einer körperlichen Gefährdung führt

- Fortsetzung des Substanzkonsums trotz des Wissens, dass aufgrund des Konsums ein psychisches oder körperliches Problem entstanden ist oder verschlimmert wurde
- Toleranzentwicklung (Anstieg der benötigten Dosis, um gewünschten Effekt zu erreichen oder verminderte Wirkung bei der Einnahme der üblichen Dosis)
- Entzugssymptome bei Reduktion oder Beendigung des Substanzkonsums oder Konsum der Substanz, um Entzugserscheinungen abzuschwächen oder zu vermeiden

Je nach Anzahl der vorliegenden Merkmale lassen sich unterschiedliche Schweregrade einer Substanzkonsumstörung unterscheiden: Bei zwei oder drei Merkmalen ist von einem leichten Schweregrad, bei vier oder fünf Kriterien von einem mittleren und bei sechs oder mehr Merkmalen von einer schweren Substanzkonsumstörung auszugehen.⁵

Häufigkeit. In einen Zeitraum von 12 Monaten leiden in Deutschland 3,4% der Wohnbevölkerung zwischen 18 und 64 Jahren an einer Alkoholabhängigkeit und 10,8% an einer Tabakabhängigkeit. 0,5% der Wohnbevölkerung sind von einer Cannabisabhängigkeit, 0,2% von einer Kokainabhängigkeit und 0,1% von einer Abhängigkeit von Amphetaminen betroffen. In Bezug auf Medikamente zeigten sich folgende Zahlen: 3,4% leiden an einer Schmerzmittelabhängigkeit, 0,8% an einer Abhängigkeit von Schlafmitteln und 1,4% an einer Abhängigkeit von Beruhigungsmitteln.⁶

Ursachen. Vielfältige Ursachen können die Entwicklung einer Störung durch Substanzkonsum begünstigen. Diese lassen sich den folgenden drei Faktoren zuordnen, welche sich wechselseitig beeinflussen: Zum einen haben bestimmte persönliche Merkmale des/ der *Betroffenen*, wie beispielsweise genetische Faktoren oder Vorerfahrungen, Auswirkungen auf das Risiko einer Suchtentwicklung. Auch die *Eigenschaften der psychotropen Substanz*, wie zum Beispiel Verfügbarkeit oder Wirkung, haben einen Einfluss auf die Entstehung einer Störung durch Substanzkonsum. Des Weiteren spielen das *soziale Umfeld* und die *Gesellschaft* eine wichtige Rolle. Beispiele hierfür sind die Einstellung der Gesellschaft zur psychotropen Substanz oder auch der Umgang mit Suchtmitteln innerhalb der Familie.³

Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten. Für Personen mit einem problematischen Substanzkonsum gibt es verschiedene Hilfs- und Unterstützungsangebote: Der Hausarzt/ die Hausärztin kann eine erste, vertraute Anlaufstelle darstellen. Beratungstelefone, wie beispielsweise die [Sucht & Drogen Hotline](#), bieten die Möglichkeit rund um die Uhr, auf Wunsch auch anonym, mit einer Fachperson über seine Schwierigkeiten zu sprechen. Internetangebote, wie die der [Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung](#), bieten Informationen und Unterstützungsmöglichkeiten an. Wichtig ist, darauf zu achten, dass Online-Angebote von seriösen Anbietern zur Verfügung gestellt werden. [Beratungsstellen](#) helfen Betroffenen und ihren Angehörigen – kostenlos und auf Wunsch auch anonym. Eine [Selbsthilfegruppe](#) bietet die Möglichkeit sich mit Menschen mit ähnlichen Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Für die Bewältigung ausgeprägter Substanzkonsumstörungen ist eine ambulante oder stationäre Therapie, sehr zu empfehlen.⁷

¹ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (Hrsg.). (2016). *Ein Angebot an alle, die einem nahestehenden Menschen helfen möchten: Alkohol, Medikamente, Tabak, illegale Drogen, süchtiges Verhalten*. Verfügbar unter <http://www.dhs.de/informationmaterial/broschueren-und-faltblaetter.html>

² Meyer, G. & Bachmann, M. (2017). *Spielesucht: Ursachen, Therapie und Prävention von glücksspielbezogenem Suchtverhalten*. Berlin: Springer.

³ Gross, W. (2016). *Was Sie schon immer über Sucht wissen wollten*. Berlin: Springer.

⁴ Köhler, T. (2008). Fortbildung: Psychotrope Substanzen: (1. Teil). *Verhaltenstherapie & Verhaltensmedizin*, 29(1), 19-39.

⁵ Falkai, P. & Wittchen, H. U. (Hrsg.). (2015). *Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen - DSM-5®*. Göttingen: Hogrefe.

⁶ Pabst, A., Kraus, L., Gomes de Matos, E. & Piontek, D. (2013). Substanzkonsum und substanzbezogene Störungen in Deutschland im Jahr 2012. *SUCHT*, 59(6), 321 – 331. DOI: 10.1024/0939-5911.a000275

⁷ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (Hrsg.). (2017). *Frau sucht Gesundheit: Informationen, Tipps und Hilfen für Frauen*. Verfügbar unter <http://www.dhs.de/informationmaterial/broschueren-und-faltblaetter.html>