

Rauschmittelkonsum im Jugendalter

Informationen für Erziehungsberechtigte / -beauftragte

Dipl. Psych. Christine Schneider



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

caritas

Zeit des Umbruchs / Vorbilder

- Große Veränderungen und Umbrüche während der Zeit der Pubertät in allen Lebensbereichen
- Für die meisten Jugendlichen gehört es dazu in dieser Zeit auch Alkohol, Tabak und teilweise auch illegale Drogen (dazu zählt auch Cannabis) auszutesten
- Jugendliche orientieren sich in vielen Bereichen in dieser Zeit an der Peergroup. Dennoch gibt es Bereiche (z.B. Berufswahl und Umgang mit Rauschmitteln), bei denen der Einfluss der Eltern sehr hoch bleibt.
- Eine australische Studie der Universität von Adelaide fand heraus:
„Eine der wichtigsten Botschaften aus unserer Studie ist, dass Eltern mehr Einfluss auf ihre Jugendlichen in Bezug auf Entscheidungen rund um Alkohol haben, als sie wahrscheinlich vermuten. Das elterliche Verhalten und die Einstellung gegenüber Alkohol machen wirklich einen Unterschied und können verhindern, dass Kinder früh zu trinken beginnen.“



Rauschmittel

Alkohol:

- 9,5 Mio Menschen in Deutschland konsumieren Alkohol in gesundheitlich riskanter Form
- ca. 1,3 Mio alkoholabhängig
- ca. 20000 Menschen sterben jährlich an den direkten und indirekten Folgen des Alkoholkonsums
- Kosten für die Volkswirtschaft 26,7 Milliarden; davon 7,4 Milliarden Krankheitskosten
- Abstinenz nur 3%;
- riskanter Konsum: Frauen mehr als 0,3l Bier oder 0,1l Wein /tgl
Männer mehr als 0,6l Bier oder 0,2l Wein /tgl
- Es gibt keinen risikofreien Konsum nur einen risikoarmen!
Der menschliche Körper wandelt Alkohol in ein Zellgift um. Schädigt alle Organe, auch von Erwachsenen. Im Reifungsprozess aber besonders empfindlich.

Rauschmittel



www.caritas-stadt-bamberg.de

Nikotin:

- Die Wirkung des Rauchens liegt vor allem am Nikotin, welches binnen Sekunden das Gehirn erreicht
- Nikotin regt u.a. die Ausschüttung von Hormonen an, durch die wir uns wach und gelassen fühlen → sehr schnelle Abhängigkeit!
- Nikotin ist ein sehr starkes Nervengift; Tabakrauch enthält hunderte gesundheitsschädliche & krebserregende Stoffe
- Shisha: es wird mehr Nikotin aufgenommen, insgesamt größere Schadstoffmengen als über filterlose Zigaretten
- E-Zigaretten: verdampfte Flüssigkeit wird inhaliert, diese unterliegen keinerlei Regulierung, häufig giftige & krebserregende Stoffe
- Rauch-Stop wird sofort belohnt: tieferer / freierer Atem, feinerer Geschmack, wer mit 30 Jahren aufhört erhöht seine Lebenserwartung statistisch um 10 Jahre, mit 60 Jahren immer noch um 3 Jahre



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

caritas

Cannabis:

- Wissenschaftlicher Name der Gattung Hanf
- Marihuana = getrocknete Blüten
- Gras = getrocknete Blätter
- Haschisch = Harz aus den Blüten
- Meist mit Tabak vermengt als Joint geraucht; über Wasserpfeife kann sich die Wirkung verstärken; gegessen setzt Wirkung verzögert ein
- Typische Wirkungen: Gelassenheit, intensives Körpergefühl, gesteigerter Appetit; erhöhtes Mitteilungsbedürfnis
- Überdosierung kann zu Kreislaufproblemen & Angstzuständen führen
- Es können auch psychotische Symptome ausgelöst werden



Cannabis:

- Häufiger, intensiver Konsum kann v.a. bei jungen Menschen zu psychischer Abhängigkeit führen
- Der körperliche Abbau des THC dauert länger als dessen Wirkung → Konsum ist noch nach Tagen nachweisbar (liegt der Nachweis vor, wird z.B. der Führerschein entzogen)
- Bei jedem Umgang mit Cannabis drohen Strafen wegen Verstoß gegen das Betäubungsmittelgesetz; es zählt zu den „nicht verkehrsfähigen Betäubungsmitteln“, d.h. Anbau, Kauf, Verkauf und Besitz sind unabhängig von der Menge verboten, Polizei muss ermitteln, teilweise wird das Verfahren bei geringer Menge für den Eigenbedarf eingestellt, aber es ist nicht festgelegt, was als geringe Menge zählt, in allen Bundesländern unterschiedliche Handhabung



Rauschmittel



www.caritas-stadt-bamberg.de

Legal Highs:

- Künstlich hergestellte Substanzen, teilweise auf Basis der Hanfpflanze
- Irreführende Bezeichnungen, z.B. Kräuter- oder Räuchermischungen, Badesalz, Lufterfrischer sollen rechtliche Bestimmungen umgehen
- Seit 2016 „Neue psychoaktive Stoffe Gesetz“ → ganze Stoffgruppen verboten → alles andere als „legal“!!
- Wirkung noch nicht systematisch erfasst, aber problematische Wirkungen bekannt, wie z.B. Angstzustände, Bewusstlosigkeit, Kreislaufprobleme, Kopfschmerzen, seltener auch Herzinfarkte, Psychosen und Tod
- Im Notfall häufig nicht erkannt, da die neuen Stoffe nicht durch die üblichen Drogentests erfasst werden



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

caritas

Rauschmittel

Partydrogen:

- Amphetamine, als helles Pulver, Paste oder als Kristalle, unter den Namen Speed und Pep
- Methamphetamine und MDMA, als bunte Pillen, Kapseln oder Tabletten, unter den Namen Crystal (Meth) oder Ecstasy
- Wirken anregend, aufputschend, Hunger, Durst und Müdigkeit werden unterdrückt, Selbstbewusstsein (erscheint) gesteigert
- Substanzen mobilisieren die Notreserven des Körpers → Verausgabung bis zum körperlichen Zusammenbruch; trocknen Körper aus und steigern Körpertemperatur
- Sehr schnelle Abhängigkeit; Gehirn, Herz, Leber, Nieren und Nerven werden nachhaltig geschädigt
- Meistens ist die genaue Zusammensetzung unbekannt

Medikamente

- Schlaf- und Beruhigungsmittel (v.a. aus der Gruppe der Benzodiazepine), Aufputschmittel und Schmerzmittel werden häufig missbraucht.
- Missbraucht heißt, dass sie nicht eingenommen werden, um eine Krankheit zu kurieren, sondern um leistungsfähiger zu sein.
- Kinder erhalten Medikamente fast immer von Erwachsenen!!!!
- Eltern sind auch hier Vorbilder
- 4-K-Regel:
 - K**lar (nur bei med. Notwendigkeit)
 - K**lein (nur so viel wie nötig und so wenig wie möglich)
 - K**urz (so kurz wie möglich)
 - K**ein (plötzliches Absetzen, sondern allmähliches Absetzen der Dosis)

Gesetzliche Regelungen



www.caritas-stadt-bamberg.de

- Rauchen:

Unter 18 Jahren sind Kauf und Konsum von Tabakwaren verboten. Dieses Verbot schließt E-Zigaretten, (E-) Shishas ein. Wer diese Produkte an Minderjährige weitergibt, muss mit einem Bußgeld rechnen.



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

caritas

Gesetzliche Regelungen

- Alkohol:
 - Unter 14J sind Kauf und Konsum verboten.
 - Schon ab 14J dürfen Kinder Bier, Wein und Sekt in der Öffentlichkeit trinken, wenn ein Sorgeberechtigter dabei ist und dies erlaubt.
 - Ab 16J dürfen Jugendliche Bier, Wein und Sekt kaufen und trinken, aber keine hochprozentigen Getränke oder Lebensmittel.
 - Ab 18J sind alle alkoholischen Getränke erlaubt.
 - Wer für Minderjährige Alkoholika besorgt, muss mit einem Bußgeld rechnen.
 - Die Polizei verständigt den Allgemeinen Sozialdienst, wenn sie Minderjährige alkoholisiert aufgreifen. Die Eltern können kostenpflichtig verwarnt werden. Eltern entscheiden, ob sie ihrem Kind Alkohol geben. Das Gesetz gilt nur in der Öffentlichkeit, gibt aber einen Hinweis, wie in der Familie verfahren werden soll.

Was tun im Notfall?

- Versuchen Sie Ruhe zu bewahren.
- Erbrechen, erweiterte Pupillen, Reaktionslosigkeit, Bewusstlosigkeit, verlangsamte Atmung können Symptome einer (Alkohol-)vergiftung sein.
- Rufen Sie ohne Zögern den Notarzt (Notrufnummer 112)
- Bei einer Alkoholvergiftung kann die stabile Seitenlage davor bewahren, dass Erbrochenes in die Atemwege gelangt.
- Versuchen Sie in Erfahrung zu bringen, was ihr Kind genommen / getrunken hat.
- Beseitigen Sie nicht alle „Spuren“ der Alkoholvergiftung. Da der Rausch die Erinnerung löscht, kann nach überstandener Vergiftung sonst der Eindruck entstehen: So schlimm war`s doch nicht!
- Wenn Sie Drogen finden, wäre es am besten sie zu fotografieren und dann z.B. in der Toilette zu entsorgen. Der Besitz ist strafbar. Eltern sind nicht verpflichtet Anzeige zu erstatten. Wird die Polizei verständigt, muss sie ermitteln.

Sorge!?!

- In der Entwicklung von Jugendlichen gehört es oft dazu Alkohol, Tabak und manchmal auch illegale Drogen zu testen. Meist bleibt es beim Versuch.
- Kritisch wird es wenn der Konsum gefährlich / lebensgefährlich wird:
 - sehr intensiv, z.B. Komasaufen
 - zu häufig, Gefahr der Abhängigkeit
 - so stark, dass die Jugendlichen selbst und andere zu Schaden kommen
- Eltern haben meist ein sehr gutes Gespür für ihr Kind.

Sorge!?!

- Wichtig und sinnvoll: beobachten und auf äußere Hinweise achten:
 - Ist ihr Kind auffällig unruhig oder fahrig geworden?
 - Unzuverlässig geworden?
 - Freundeskreis stark verändert?
 - Schulische Leistungen plötzlich schlechter?
 - Kann es nicht mehr sagen wann und wie es nach Hause kam?
 - Riecht die Kleidung ständig nach Rauch, Alkohol?
 - Fehlt ihrem Kind plötzlich ständig Geld, entwendet es Ihnen Geld?
 - Nimmt es stark zu? (Alkoholkonsum!? Medikamente!? Cannabis!?)
 - Nimmt es stark ab? (Drogen?! Medikamente!?)

Und jetzt!?



www.caritas-stadt-bamberg.de

- Ruhe bewahren
- Eine klare Haltung einnehmen
- Konsequent sein
- Vorbild sein
- Unterstützung annehmen



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

caritas

Was bedeutet abhängig?

- Werden bestimmte Mittel (Rauschmittel) regelmäßig konsumiert stellt sich der Körper darauf ein.
- Mit der Zeit braucht es eine immer höhere Dosis für die gewünschte Wirkung
- Bleibt der „Stoff“ aus, kommt es zu unangenehmen Entzugserscheinungen, die bei Alkohol auch lebensgefährlich werden können.
Entzugserscheinungen sind ein Signal dafür, dass eine körperliche Abhängigkeit entstanden ist. Bei einigen Drogen (z.B. Tabak, Heroin) und Medikamenten (z.B. Schlafmitteln) kann dies in kurzer Zeit geschehen.
- Man kann sich auch angewöhnen, immer in einer bestimmten Situation etwas zu trinken / einzunehmen. Dies kann anfangs erleichternd sein, dann zum Zwang werden und wenn der „Stoff“ dann fehlt gerät man unter Druck, wird unruhig, reizbar,.. Dies ist ein Signal für eine seelische /psychische Abhängigkeit.

Hilfe / Ansprechpartner

www.caritas-stadt-bamberg.de

- Suchtberatungsstellen
- Erziehungsberatungsstellen
- Schulpsychologen

- Informationen / Informationsmaterial, auch online:
 - DHS (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen)
 - BzgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)
 - Krankenkassen
 - mindzone



Ansprechpartner in Bamberg

www.caritas-stadt-bamberg.de

- **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern für die Stadt und den Landkreis Bamberg**
Beratungshaus Geyerswörth
Geyerswörthstraße 2
96047 Bamberg
Telefon 0951/ 2 99 57-30
eb@caritas-bamberg.de
- **Psychosoziale Beratung und Behandlung für Suchtkranke**
Beratungshaus Geyerswörth
Geyerswörthstraße 2
96047 Bamberg
Telefon 0951/ 29957-40
Fax 0951/ 29957-84
E-Mail: psb@caritas-bamberg.de

