

# Der Stoff, die Sucht und die Sorgen

Was tun gegen den **Drogenkonsum**? Die hallo-Leser haben viele Fragen, die BZgA antwortet

**Salzgitter.** Auf großes Interesse stieß die Telefonaktion zum Drogenkonsum, die hallo Salzgitter und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) vergangenen Dienstag angeboten haben. Es meldeten sich Eltern und Großeltern, aber auch junge Leute, die selbst mal einen Joint drehen. Gefragt wurde zum Beispiel nach den Anzeichen von Drogenkonsum, nach dem Abhängigkeitspotential von Cannabis und anderen Drogen, nach Testmöglichkeiten und wie man aus der Abhängigkeit aussteigen kann. Ein Berteam der BZgA beantwortete die Fragen.

**Als ich mit Freunden gekifft habe, waren die dabei völlig entspannt, mir gingen aber schlimme Gedanken durch den Kopf. Ist das normal?**

Cannabis wirkt nicht immer gleich. Manche Menschen fangen an zu grübeln, statt zu chillen. Manche berichten von Paranoia oder Halluzinationen. Das Risiko steigt, je häufiger konsumiert wird und je konzentrierter der Stoff ist. Am besten ist, ganz auf Cannabis zu verzichten.



Kleine Sache mit großer Wirkung: Ein Joint ist schnell gedreht, aber auch die Abhängigkeit kommt schnell.

FOTO: LMZ

**Kann man anonym testen, ob man schon von den Joints abhängig ist?**

Ja, auf [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de), einem Internetportal der BZgA. Der Test dauert fünf bis zehn Minuten. Gleich danach bekommen Sie eine Rückmeldung.

**Mein Freund sagt, dass man mit Kokain drei Nächte durchtanzen kann. Stimmt das?**

Die Droge peitscht den Körper zwar zu Höchstleistungen, führt ihm aber keinerlei Energie zu. Es kann zu Bewusstseinsstörungen, Koma, Krampfanfälle, Wahnvorstellungen, Atemversagen oder sogar zum Herzinfarkt kommen. Außerdem: Von Kokain kann man extrem schnell abhängig werden.

**Unser Enkel (15) raucht oft einen Joint. Er meint, das sei völlig unbedenklich ...**

Gerade für junge Menschen ist kiffen gesundheitsschädigend. Erstens kann Cannabis die Reifeprozesse im wachsenden Gehirn stören. Zweitens kann eine psychische Abhängigkeit entstehen - zum Beispiel, wenn man immer häufiger versucht, unangenehme Gedanken mit einem Joint auszublenden. Weitere Informationen zu den Risiken von Cannabis stehen auf [www.cannabispraevention.de](http://www.cannabispraevention.de).

**Unsere Enkeltochter (16) sagt selbst, dass sie manchmal Din-**

**ge verschusselt weil sie zu oft kiffte. Aber aufhören will sie nicht. Was können wir tun?**

Ihre Enkeltochter sieht schon die negativen Auswirkungen des Cannabis-Konsums. Das ist ein wichtiger Schritt. Sie können ihr helfen, indem Sie diese kritische Reflexion fördern, zum Beispiel, indem Sie sie fragen, was sie erwartet, wenn sie weiter kiffte wie bisher oder was sich verändern würde, wenn sie weniger kiffte. Vielleicht führen diese Überlegungen dazu, dass sie beginnt, über einen Ausstieg nachzudenken.

**Durch das Kiffen hat mein Sohn (15) viele Probleme. Jetzt will er aufhören. Gibt es für ihn fachliche Unterstützung?**

Ja, bei den Suchtberatungsstellen vor Ort. Die Adressen stehen unter [www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis](http://www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis). Digital findet er Hilfe beim mehrwöchigen, kostenlosen Ausstiegsprogramm der BZgA auf [www.quit-the-shit.net/qts/](http://www.quit-the-shit.net/qts/).

**Ich will schon lange mit meinem Sohn reden, weil er oft kiffte, schiebe es aber immer wieder hinaus.**

Am besten, Sie vereinbaren einen für beide Seiten passenden Gesprächstermin. Steigen Sie dann nicht mit Vorwürfen ein. Auch verhörartige Gesprächstaktiken sind ungeeignet. Da ziehen sich die Jugendlichen eher zurück. Sorgen Sie für ein offenes Gesprächsklima, benennen Sie ganz sachlich Ihre Sorgen und Ängste. Viele Tipps zur Gesprächsführung finden Sie auf der BZgA-Plattform [www.cannabispraevention.de/eltern/](http://www.cannabispraevention.de/eltern/).

## Infotelefon ist geschaltet

Nicht alle Leser kamen durch zu den Experten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Für diejenigen, die keine freie Leitung erwischten, können sich unter der Telefonnummer (0221) 892031 beraten lassen. Die Plätze sind montags bis donnerstags von 10 bis 22

Uhr sowie freitags und samstags von 10 bis 18 Uhr besetzt. Weitere Beratungsstellen finden sich über die Seite [www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis](http://www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis), eine Ausstiegs-hilfe auf [www.quit-the-shit.net](http://www.quit-the-shit.net). Weitere interessante Seiten sind [www.cannabispraevention.de](http://www.cannabispraevention.de) oder [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de).

## Was ist eine Darmischämie?

Chefarzt Dr. Stefan Betge spricht beim Helios-Patientenforum über chronische und akute Fälle

**Salzgitter.** Zum Thema „Chronische und akute Darmischämie“ referiert Dr. Stefan Betge, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Angiologie am Helios-Klinikum, am Mittwoch, 22. November, um 18 Uhr im Kniesiedter Herrenhaus in Salzgitter-Bad bei einem Vortrag aus der Reihe Patientenforum.

Darmischämie ist ein medizinischer Ausdruck für die unzureichende Versorgung des Darms mit Blut. Sowohl der Dickdarm als auch der Dünndarm können infolge verschiedener Erkrankungen und Beschwerden von einer Ischämie betroffen sein. Arteriosklerose der Arterien, Einrisse, Operationen,

Blutgerinnsel oder Thrombosen können diese Ischämie verursachen.

Die Symptome können sehr variieren, vor allem akut aufgetretene Ischämien könne wie ein Chamäleon erscheinen. Dabei ist gerade dann Eile geboten. Symptome können anhaltende Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall und Blut im Stuhl umfassen.

„Ob eine Darmischämie akut auftritt oder sich langsam entwickelt, sie beeinträchtigt immer die Lebensqualität erheblich. Dennoch wird die Situation häufig nicht gleich erkannt. Häufig weiß man schon um eine Gefäß-erkrankung und kann dann eher

kombinieren. Oft entsteht eine Ischämie aber auch gefühlt aus der Gesundheit heraus“, erklärt der Chefarzt.

Die Veranstaltung hat das Ziel, nicht nur das Verständnis für dieses wichtige Thema zu vertiefen, sondern auch moderne medizinische Ansätze und Therapien vorzustellen, die effektiv unterstützen können. Im Anschluss haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich in einer offenen Diskussionsrunde weiter über das Thema und mögliche Therapie- oder Behandlungsoptionen auszutauschen. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine vorherige Anmeldung nicht erforderlich.



Informiert über die Darmischämie: Dr. Stefan Betge, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Angiologie.

FOTO: HELIOS KLINIKUM SALZGITTER / CHRISTIAN WYRWA