



Nationaler Aktionstag Alkoholprobleme

Wenn Alkohol zum Medikament wird



Das **Sanatorium Kilchberg** veranstaltet einen Infoabend zum Thema Alkoholprobleme. Dies im Rahmen des Nationalen Aktionstags Alkoholprobleme. zvg.

Manche Menschen greifen zu Alkohol, um psychische oder körperliche Leiden zu lindern. Damit steigt das Suchtrisiko. Zudem können Symptome der Grunderkrankungen stärker werden. Am Nationalen Aktionstag Alkoholprobleme vom 24. Mai bringen verschiedene Veranstaltungen das Thema der Öffentlichkeit näher. Im Sanatorium Kilchberg findet ein Informationsabend statt.

Stress im Alltag, Schlafstörungen, Schmerzen oder psychische Beschwerden – wer kennt das nicht? Wenn das Leiden subjektiv nicht mehr auszuhalten ist, lockt der Alkohol als «Retter in der Not». «Dreimal täglich – wenn Alkohol

zum Medikament wird» lautet das Motto des diesjährigen Nationalen Aktionstags Alkoholprobleme. Für manche Menschen wird die vermeintliche Lösung selbst zum Problem. Aussagen wie «Ohne Alkohol schaffe ich es nicht, vor meinen Kollegen zu sprechen» oder «Die Einsamkeit zu Hause ertrage ich nur mit Alkohol» weisen auf einen problematischen Konsum hin. Menschen mit bestimmten psychischen Erkrankungen haben ein erhöhtes Risiko für Alkoholprobleme. Eine mögliche und von Patientinnen und Patienten oft gebrauchte Erklärung ist die Verwendung von Alkohol zur «Selbstmedikation». Solch belastete Personen versuchen mit Sucht-

mitteln, Symptome wie Ängste oder depressive Verstimmungen zu lindern. So kommt zum Ursursungsproblem ein zweites dazu, das sich in körperlichen Entzugssymptomen, verstärkten Ängsten oder sozialen Problemen manifestieren kann – ein Teufelskreis.

Die Informationsveranstaltung im **Sanatorium Kilchberg** richtet sich an Betroffene, Angehörige und Interessierte. Zu Wort kommen Vertreter der Suchtberatungsstelle Horgen, des Selbsthilfecenters Zürich, der Anonymen Alkoholiker, des Blauen Kreuzes und des **Sanatoriums Kilchberg**. e.

Donnerstag, 24. Mai, 19 Uhr, **Sanatorium Kilchberg**, Alte Landstrasse 70. Die Veranstaltung ist öffentlich, die Teilnahme ist kostenlos.