

Ratgeber Sucht

Ist kontrollierter Kokainkonsum möglich?

Kokain – eine Substanz, die die unterschiedlichsten Meinungen und Reaktionen hervorruft. Für die einen gehört das Schnupfen («eine Linie ziehen») des aus den Blättern der Kokapflanze gewonnenen weisslichen Pulvers in die Glitzerwelt der Schönen, Reichen und Mächtigen; für die anderen ist es fast schon etwas für «Normalos» und gehört zu einem erlebnisreichen Wochenende.

Beide Gruppen schätzen vor allem die euphorisierende und aktivierende Wirkung der Substanz, die nebenbei das Selbstwertgefühl fast ins Unermessliche zu steigern scheint.

Die Wirkung von Kokain entsteht durch eine Überflu-

schung des Gehirns mit stimulierenden Botenstoffen (Serotonin, Noradrenalin und Dopamin). Sie hält meist nur relativ kurz an – je nach Einnahmeform und -menge – zwischen 20 und 60 Minuten.

Das zweithöchste Abhängigkeitspotenzial

Dass Kokain vor allem psychisch stark abhängig macht, liegt insbesondere an der schnell eintretenden hohen Intensität des Erlebens und einem meist extremen Abfallen der Stimmung am Ende, dem man mit «Nachladen» durch erneuten Konsum des Stoffes zu entgehen sucht. Dies trägt dazu bei, dass Kokain auf den meisten Listen der Substanzen mit dem höchsten Abhängigkeitspoten-

zial nach Heroin bereits auf Platz 2 steht.

Einen risikolosen Kokainkonsum gibt es nicht. Körperliche Folgeerscheinungen sind häufig Herz-Kreislauf-Probleme bis hin zu Schlaganfall und Herzinfarkt, Krämpfe, Erschöpfungszustände und Störungen im Bereich der Aufmerksamkeit- und Konzentrationsfähigkeit. Im psychischen Bereich sind dies u. a. Apathie, depressive Verstimmungen bis hin zu Suizidgedanken sowie Reizbarkeit, erhöhte Nervosität und das Auftreten von Wahnvorstellungen.

Es stellt sich die Frage: Ist der Konsum von Kokain überhaupt kontrollierbar oder gerät jeder, der damit angefan-

gen hat, über kurz oder lang in eine Abhängigkeit?

Statistische Untersuchungen decken sich mit unseren Erfahrungen aus der Beratungspraxis:

Einen kontrollierten Umgang mit Kokain zu finden, ist möglich, für viele Konsumenten aber schwer. Wenn Sie selbst konsumieren, können folgende Fragen helfen, Ihr Risiko, abhängig zu werden, besser einzuschätzen. Jede mit Ja beantwortete Frage bedeutet tendenziell ein erhöhtes Risiko:

– Bewerten Sie Ihr eigenes Selbstwertgefühl eher niedrig als stark und stabil?

– Konsumieren Sie bereits seit mehreren Monaten?

– Bemerken Sie eine Zunahme bei der Dosierung?

– Haben Sie sich Kokain jemals injiziert?

– Werden Sie unruhig oder fehlt Ihnen etwas, wenn Sie längere Zeit nicht konsumiert haben?

– Fällt es Ihnen schwer, den Konsum zu stoppen, solange noch «etwas» übrig ist?

– Bemerken Sie oder andere Personen Veränderungen in der Art und Weise Ihres Verhaltens (Ruhelosigkeit, Reizbarkeit, «Überheblichkeit», Ängste etc.)?

– Können Sie körperliche Auffälligkeiten bei sich feststellen

(Gewichtsabnahme, erhöhte Anfälligkeit für Infektionen, Müdigkeit etc.)?

Wenn Sie Fragen zu diesem Thema haben, können Sie sich gerne an eine Suchtberatungsstelle in Ihrem Bezirk wenden.



Bernd Zecher
Dipl. Soz. päd.
und
Systemischer
Berater

beratung in suchtfällen bis
Bezirk Dietikon
Poststrasse 14
8953 Dietikon
Tel: 044 741 56 56