

**Kapitel 09.01: Sucht und Drogen**



## **Inhalt**

<u>Inhalt.....</u>	<u>2</u>
<u>Einstieg in das Thema "Drogen".....</u>	<u>3</u>
<u>Kressekeimungsversuche.....</u>	<u>3</u>
<u>Was sind Drogen Was versteht man unter Sucht?.....</u>	<u>3</u>
<u>Suchtmittel – Angriffsorte und Wirkung.....</u>	<u>4</u>
<u>Wann beginnt die Sucht?.....</u>	<u>5</u>
<u>Merkmale von Sucht.....</u>	<u>6</u>
<u>Typische Abhängigkeiten nach Substanzen und Drogen.....</u>	<u>6</u>
<u>Abhängigkeiten nach anderen Dingen (Verhaltenssucht).....</u>	<u>6</u>
<u>Analyse: Warum wird für Drogen geworben?.....</u>	<u>7</u>
<u>Entwicklungsbedingte Ursachen von Sucht bei Jugendlichen.....</u>	<u>8</u>
<u>Basteln von Werbung gegen Drogen.....</u>	<u>9</u>
<u>Wiederholungsfragen.....</u>	<u>10</u>

## Einstieg in das Thema "Drogen"

Sicher hast Du schon eine Menge über Drogen gehört und gelesen. Vielleicht hast Du dennoch Fragen zu diesem Thema?

### **Impulse:**

- Wann sind Menschen besonders leicht emotional zu beeinflussen? (Werbung für Drogen)
- Welche (legale) Alltagsdrogen kennst Du?
- Was weißt Du über die Wirkung von Nikotin und Alkohol
- Warum spricht man in diesem Zusammenhang immer von der "Gefahr der Verharmlosung"
- Welchen Einfluss haben Gruppenzwänge
- Spielen Drogen bei deiner Sicherheit eine Rolle? (Verkehrssicherheit)
- Unterteilung in legale und illegale Drogen

### **Kressekeimungsversuche**

V: Kressesamen werden auf 3 Filterpapiere Filterpapier (bzw. 3 Wattebäusche) gelegt und diese mit jeweils der folgenden Substanz getränkt:

- a) Wasser
- b) Tabaksud (gekochte Zigarren, siehe Praktikumsprotokoll „Keimung“)
- c) 2%iger Alkohollösung sowie 4%iger Alkohollösung

Dauer: 8 Tage: Nach 8 Tagen wird der Wuchs der Samen kontrolliert.

B: auf der alkoholischen Watte und der Tabaksudwatte kommt kein richtiges Wachstum zustande

S: Sowohl Alkohol als auch Ethanol sind Zellgifte. Sie stören das Wachstum von Zellen!

### **Was sind Drogen Was versteht man unter Sucht?**

**Drogen sind Stoffe, die in natürliche Abläufe des Körpers eingreifen und dabei Stimmungen, Wahrnehmungen und Gefühle beeinflussen.  
Ihr Gebrauch führt oft schon sehr schnell zu Abhängigkeit.**

**Die Folge ist, dass ein Konsument nicht mehr ohne Einnahme der Droge leben kann. (=Sucht).  
Der Verzicht auf die Droge verursacht beim Süchtigen starke Entzugserscheinungen, wie Zittern, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, Angstzuständen und Bewusstseinsstörungen.**

## Suchtmittel – Angriffsorte und Wirkung

**Drogen sind Substanzen, die in die natürlichen Abläufe des Körpers eingreifen und v.a. Gefühle, Stimmungen und Wahrnehmungen beeinflussen.**

### Kriterien zur Einteilung von Drogen:

- physische Abhängigkeit
- psychische Abhängigkeit
- Entwicklung einer Toleranz

Droge	Wirkort	Wirkung	Spürbarer Effekt	Folgen bei Dauergebrauch
Amphetamine	erregende Synapsen mit Transmitter Noradrenalin	bewirkt die spontane Ausschüttung der synaptischen Vesikel	scheinbare Steigerung der Leistungsfähigkeit, die Müdigkeit wird unterdrückt	Erhöhte Reizbarkeit, Halluzinationen, Herzversagen, Gehirnbluten als Folge der häufigen Dosiserhöhung
Kokain	erregende Synapsen mit Transmitter Noradrenalin	Verlängerung der erregenden Wirkung der Synapse, verhindert die Rückresorption von Noradrenalin durch die Endköpfchen	stimulierend, vertreibt Depressionen, Rede- und Bestätigungsdrang, später Lähmungen, epilepsieähnliche Anfälle, Auflösung der Nasenscheidewände („Koksnase“)	Schlafstörungen, kein Appetit, Halluzinationen, Depressionen, Verfolgungswahn
LSD	Stammhirnsynapsen mit Transmitter Serotonin	besetzt Serotoninrezeptoren, gleiche Wirkung wie Serotonin	Sinneswahrnehmungen werden fehlinterpretiert	Angstzustände, geistige Leistungsfähigkeit nimmt rasch ab
Opiate wie • Kodein, • Morphin, • Heroin	Synapsen an Schmerzbahnen in Rückenmark und Gehirn mit Endorphinen als Überträgerstoff	besetzen Endorphinrezeptoren, gleiche Wirkung wie Endorphine (hemmende Synapsen)	Die Weiterleitung von Schmerzsignalen wird unterdrückt	Wirklichkeitsferne, Leber-, Magen-, Darmschäden, Versagen von Atmung und Herz als Folge der häufigen Dosiserhöhung
Koffein (in Kaffee, Cola, Kakao, Tee, uv,)	Synapsen des vegetativen Nervensystems		Steigerung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit, teilweise Linderung von Kopfschmerzen, Herzbeschwerden und Nervosität	
Appetitzügler	Wirken auf Nervenzellen der inneren Organe, welche eine Rückmeldung über Grundzustände, wie Hunger, geben.		Dämpfung des Hungergefühls. Führen oft zu einem Gewöhnungseffekt und zu Abhängigkeit.	

## Wann beginnt die Sucht?

**Vergleiche die folgenden Fallbeispiele und beurteile, in welchem Beispiel die Gefahr abhängig zu werden größer ist:**

- Ein Renter hat Einschlafprobleme und nimmt in solchen Fällen gelegentlich (also im Abstand von Wochen) mal eine halbe Schlaftablette zu sich.
- Ein gestresster Firmenchef kann nachts nicht einschlafen, da er über konkrete Probleme in seiner Firma grübelt und diese Gedanken nachts nicht „abschalten“ kann. In solchen Fällen nimmt er regelmäßig eine Schlaftablette.



### **Zur weiteren Information:**

Medikamente sind über das Internet und Apotheken oft leicht zu besorgen. Ihre oft medizinische (positive) Wirkung tritt ein, wenn sie entsprechend den Anweisungen eines Arztes, in Maßen und in der richtigen Art, eingenommen werden.

### **Missbrauch liegt dann vor, wenn:**

- wegen anderer als der eigentlichen Wirkung das Medikament eingenommen wird
- wegen Problemen, welche nie durch eine Tablette gelöst werden können, das Medikament eingenommen wird
- wenn durch Gewöhnungseffekte des Körpers (d.h. der menschliche Körper gewöhnt sich an das Medikament und die Wirkung wird schwächer) der Patient selbstständig die Dosis erhöht.

**Medikamentenmissbrauch hat oft schwere gesundheitliche Folgen. Selbst sonst harmlose Präparate wie Schlaf- oder Schmerztabletten können leicht in die Abhängigkeit führen.**

Nur der seltene Gebrauch von Medikamenten ist eine Garantie, dass das Medikament im Ernstfall, z.B. eine Schmerztablette nach einer Operation, wirkt!

**Als Regel gilt: Tabletten sollte man nur nehmen, wenn es keine andere Möglichkeit gibt!**

### **Merkmale von Sucht**

- unbewusster Konsum
- Zwang die Droge unbedingt zu nehmen (zu konsumieren)
- Steigerung der Dosis
- regelmäßiger Konsum
- Kontrollverlust
- ohne Droge entstehen Entzugserscheinungen
- anhaltender Konsum, trotz erkennbarer körperlicher Schädigung

Mediziner sagen, dass ein typisches Merkmal für Sucht, dass unwiderstehliche Verlangen nach bestimmten Stoffen ist, welche einen kurzfristig befriedigenden Erlebniszustand vermitteln“. Sucht gilt somit als Krankheit!

Abhängige ordnen in der Regel ihr komplettes Leben (also auch Beruf, Schule, Freundeskreis) diesem Verlangen unter. Mittelfristig führen solche Veränderungen dann oft zum Verlust von Beruf und Freundeskreis.

### **Typische Abhängigkeiten nach Substanzen und Drogen**

- Alkoholsucht
- Cannabissucht
- Heroinsucht
- Kokainsucht
- Morphinsucht
- Nikotinsucht
- Koffeinsucht
- Tablettensucht (z.B. Aufputschmittel, Schlafmittel, Schmerzmittel)
- Essstörungen

### **Abhängigkeiten nach anderen Dingen (Verhaltenssucht)**

- Arbeitssucht, Workaholic
- Beziehungssucht
- Chatsucht
- Computersucht
- Computerspielesucht
- Essstörungen (z. B. Anorexie, Bulimie, Adipositas)
- Fernsehsucht
- Handy-Abhängigkeit
- Internetsucht
- Kaufsucht
- selbstverletzendes Verhalten
- Sportsucht, Fitnesssucht

### **Zusatzinformationen:**

[http://de.wikipedia.org/wiki/Missbrauch\\_und\\_Abh%C3%A4ngigkeit](http://de.wikipedia.org/wiki/Missbrauch_und_Abh%C3%A4ngigkeit)

### **Analyse: Warum wird für Drogen geworben?**

#### **Was möchtest Du in Deiner Freizeit erleben?**

Unterhaltung, Spannung, Abenteuer, Exotik, Ferne Länder, Spaß...

#### **Und was erwartest Du von Deiner Umwelt, wenn Du Probleme hast?**

Trost, Ruhe, Hilfe, Geborgenheit, Vertrautes

Wenn man sich diese Fragen stellt und daraufhin Werbungen der Zigaretten und Alkoholindustrie sich anschaut, dann wird man genau diese beiden Aspekte als Leitthemen vieler Werbekampagnen wiederfinden.

Frage Dich bei jeder Werbung:

- Welche von diesen Gefühlen spricht nun die Werbung an?
- Warum ist es für die Werbung überhaupt wichtig, Gefühle anzusprechen?
- Warum wird Tabak nicht einfach verboten?
- Warum hat die EU Interesse daran, in der Öffentlichkeit das Rauchen einzuschränken?
- Warum wirbt z.B. die Zigarettenindustrie nie mit den Vorteilen oder den Merkmalen des Nikotinkonsums?

**Die Werbeindustrie kann nicht mit den Vorteilen und Merkmalen ihres Produktes werben (wie z.B. die Autoindustrie), da diese Produkte schädlich für Menschen und ihre Umgebung sind. Stattdessen wird eine heile Welt vorgespielt, die den Kunden zumindest Gefühlsmäßig packen soll.**

## Entwicklungsbedingte Ursachen von Sucht bei Jugendlichen

Im Gehirn gibt es zwei gegensätzliche Mechanismen, die das Suchtverhalten eines Menschen „kontrollieren“:

- In der **Vorderhirnregion** (direkt unter der Stirn) gibt es viele für das rationale Denken wichtige Regionen. Sie gehören zum Großhirn und kontrollieren übermäßige Wünsche und irrationelle Wünsche, die den Körper schädigen würden. Sie helfen uns Dinge bewusst wahrzunehmen und zu verstehen.

- Das „**Belohnungszentrum**“ ist eine Region, welche durch den Botenstoff Dopamin „Wohlgefühl“ und „Freude“ verschafft. Dieses Belohnungszentrum wird z.B. durch Erfolg angeregt.

Je häufiger und kurzfristiger der Erfolg, desto mehr Dopamin wird ausgeschüttet und desto zufriedener ist ein Mensch!

Beide Gehirnzentren helfen Menschen, zu beurteilen, was für sie gut und was schädlich oder misserfolgsbringend ist. Jugendliche lernen mithilfe dieser Zentren durch ihr Handeln, was für sie richtig ist und werden so leichter in die Gesellschaft integriert.

### **ABER:**

Suchtauslösende Stoffe beeinflussen das Belohnungszentrum massiv. Dopamin ist ein Botenstoff, dessen Freisetzung auch durch chemische Mechanismen (Drogen, aber auch durch Schokolade) oder durch Computerspiele (da durch sie sehr viel Bestätigung im Spiel entsteht! ⇒Computerspielsucht) bewirkt werden kann.

Zusätzlich ist bei Jugendlichen das Zentrum für rationelles Denken in den Jahren der Pubertät fast gänzlich ausgeschaltet, so dass das Belohnungszentrum kaum kontrolliert wird und realistische Beurteilungen manchmal nicht wirklich richtig sind.

Die Folge ist, dass Jugendliche wesentlich Sucht gefährdeter als Erwachsene sind!

Ab dem 19. Lebensjahr nimmt das Zentrum für rationelles Denken wieder zu 100% seine Aufgaben wahr, so dass dann wieder eine bessere Kontrolle möglich ist. (Meistens werden dann auch Computerspiele langweilig ;-)

## **Basteln von Werbung gegen Drogen**

Tipps:

1. Überlege Dir, wen Du mir der Werbung ansprechen willst
2. Hat Deine Werbung eine witzige Idee? Einen Blickfang?
3. Die Umsetzung kann mit eingeklebten Bildern, Zeichnungen, Fotos und Wörtern erfolgen

### **Wiederholungsfragen**

1. Nenne Drogen des Alltags
2. Alltagsdrogen werden oft auch weiche Drogen genannt. Finde Gründe, warum dies so ist
3. Nenne weitere Gelegenheiten, in denen „weichen“ Drogen konsumiert werden?
4. Welche Merkmale machen eine Sucht aus?
5. Warum wird zwischen legalen und illegalen Drogen unterschieden? Ist das logisch?
6. Wie würdest Du Drogen einteilen?
7. Welche Drogen würdest Du zu den „weicheeren Drogen“ zählen? Welche Kriterien hast Du dafür verwendet?
8. Es gibt viele Selbsthilfegruppen und gesundheitliche Einrichtungen zum Drogenentzug. Was meinst Du, sollten Krankenkassen die Kosten dafür tragen?
9. Ist Magersucht Deiner Meinung nach auch eine Sucht? Es wird doch nichts eingenommen? Was könnte trotzdem dafürsprechen, es als Sucht zu klassifizieren?