


Weichen anders stellen

Blog der LWL-Uniklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Hamm

[Startseite](#) [Die LWL-Uniklinik Hamm stellt sich vor](#) [Wege in die Klinik](#) [Kontakt](#)

Weichen anders stellen > Rubrik „Schwerpunkte“ > SCHWERPUNKTE #1: Sucht (1/4) – Was lösen Drogen im Körper aus?



August 06, 2015 

Kategorien 

Rubrik „Schwerpunkte“

LETZTE BEITRÄGE

SCHWERPUNKTE #7 (2/3): Behandlung von Esssstörungen – Interview mit Prof. Dr. Tanja Legenbauer

SCHWERPUNKTE #7 (1/3): Behandlung von Esssstörungen – Anna und die andere Sicht

FRÜHER UND HEUTE #5: Von der „Erziehungseinrichtung“ zur psychiatrischen Fachklinik

SCHWERPUNKTE #6 (1/2): Forschung für bessere Therapien – Tiefer Einblick

SCHWERPUNKTE #5 (1/2): Einblicke in Fachtherapien – Vernetzt therapieren

KATEGORIEN

Chronik (5)

Rubrik „Früher und heute“ (5)

Rubrik „Schwerpunkte“ (15)

Rund um die Klinik (2)

SCHWERPUNKTE #1: Sucht (1/4) – Was lösen Drogen im Körper aus?



Was bei Alkohol und Drogen besonders fatal ist, fängt im Prinzip schon bei der Zigarette nach dem Essen oder unkontrolliertem Schokoladenkonsum an: Bestimmte Stoffe machen uns süchtig. Warum ist das so?

Zunächst einmal sind manche Menschen anfälliger für die Wirkung solcher Substanzen, andere weniger – je nachdem, wie gut oder schlecht jemand z. B. Alkohol verträgt, wie angenehm oder unangenehm die ausgelöste Wirkung ist und wie stark oder schwach das jeweilige Bedürfnis eines Menschen damit erfüllt wird. Das und viele weitere Faktoren bestimmen mit, ob jemand ernstlich körperlich abhängig von bestimmten Substanzen wird oder aber nur ab und zu die Finger nicht von der Schokolade lassen kann. Die Grenzen sind hier allerdings fließend, potentiell kann jeder Mensch eine Suchterkrankung entwickeln.

Die „Glückszentrale“ im Gehirn

Die physiologische Erklärung für die Entstehung einer Sucht liegt in unserem Belohnungssystem im Gehirn. Dieses System ist eigentlich eine sehr sinnvolle Erfindung der Natur, denn es sorgt dafür, dass es uns gut geht. Evolutionär ist das ein großer Vorteil: Wenn wir entspannt und fröhlich sind, sind wir auch aufmerksam und leistungsfähig.

Wenn wir etwas erleben, das gut für uns ist – das können z. B. soziale Interaktionen wie ein Lächeln oder aufmunternde Worte sein, aber auch Essen oder Sport – schüttet unser Gehirn das Hormon Dopamin aus. Das ist ein alltagssprachlich als „Glückshormon“ bezeichneter Botenstoff, der uns Euphorie empfinden lässt.

Zu viel Dopamin macht süchtig

Wenn immer wieder zu viel Dopamin in den Blutkreislauf gelangt, gewöhnt sich das Gehirn an die höhere Dosis. Genau das ist der Fall bei Menschen, die von Alkohol oder Drogen abhängig sind. Die fremden Substanzen versetzen ihren Organismus regelmäßig in einen unnatürlich starken Dopamin-Rausch. Mit steigender Häufigkeit des Konsums bzw. der Dosis will das Denkorgan davon aber immer mehr, denn es hat jetzt einen hohen „Glückshormon“-Spiegel als neuen Normalzustand gespeichert und versucht, dieses Niveau zu halten. Den chemischen Reiz, den es dafür braucht, kann etwas Simples wie die Freude über ein Geschenk jedoch nicht mehr liefern, der Impuls ist zu schwach. Das Verlangen nach Nikotin, Alkohol oder anderen Substanzen wird so immer größer. Das hormonelle Gleichgewicht gerät durch die fremden Stoffe stark durcheinander, so dass die Hormonproduktion im Körper insgesamt sinkt. Das sorgt für schlechte Stimmung und macht es dem betroffenen Menschen immer schwieriger, sich durch Reize glücklich zu fühlen, die nicht durch Stoffe ausgelöst sind. Die „kleinen“ Impulse verblassen, kurz gesagt: Ein Lächeln oder ein Erfolgserlebnis haben für Drogenabhängige kaum noch eine positive Wirkung.

Auf Aktion folgt Reaktion

Der höhere Dopamin-Spiegel ist nicht das einzige Problem, das im Körper in Folge des Drogenkonsums auftritt. Das verwirrte Belohnungssystem beeinflusst auch andere chemische Prozesse. In welcher Form das geschieht, hängt davon ab, welche Droge genommen wird und welche spezifische Wirkung sie hat. Zum Beispiel wirkt Alkohol eigentlich beruhigend und dämpfend. Um die chemische Balance im Körper nach starkem Alkoholkonsum zu halten, steuert der Körper dieser dämpfenden Wirkung entgegen und schüttet aktivierende Botenstoffe aus. Die Folge: Ab sofort ist eine höhere Dosis der Substanz nötig, also immer mehr und immer häufiger Alkohol, damit der ursprüngliche, beruhigende Effekt wieder einsetzt. Der Körper gewöhnt sich an die fremde Substanz, die Hormonproduktion wird vollständig an der „externen Beruhigung“ ausgerichtet. Das Gehirn schüttet daher auch selbst kaum noch körpereigene dämpfende Stoffe aus.

Entzugserscheinungen: Zurück zur Balance

Deswegen bewirkt ein plötzlicher Entzug meist heftige Erregungszustände. Ohne die Droge ist plötzlich kein „Dämpfer“ mehr im Körper vorhanden. Der Organismus hat sich inzwischen auf eine andere Balance eingestellt und schickt weiterhin aktivierende Botenstoffe in die Blutbahn, jedoch ohne zugleich auch die dämpfenden Stoffe hochzufahren. Das hat ja bisher der Alkohol für ihn erledigt.

Weil der Hormonhaushalt so stark aus dem Gleichgewicht geraten ist und aufgrund der körperlichen Entzugserscheinungen ist es für Süchtige sehr schwierig, ein einmal entstandenes Ungleichgewicht aus eigener Kraft zu korrigieren. Der Körper muss erst wieder lernen, sich selbst zu regulieren und sich nicht auf die externe Zufuhr von dämpfenden Botenstoffen zu verlassen.

Bis diese Balance durch den reinen Entzug wieder hergestellt ist, dauert es rund drei Wochen. Doch damit ist es noch nicht geschafft. Bei Alkoholikern und Drogenabhängigen bleibt das Gehirn so nachhaltig verändert und geschädigt, dass die beschriebene Gegenregulation des Körpers bei neuerlichem Konsum sofort wieder einsetzen würde. Die Rückfallgefahr ist bei ehemals Süchtigen deshalb auch bei „nur einem kleinen Bier“ oder „mal einem Joint“ extrem hoch. Sie müssen meist längere Zeit, gegebenenfalls lebenslang, auf Drogen bzw. Alkohol verzichten, um trocken und abstinent bleiben zu können.