



Regio-Ausgabe

Aargauer Zeitung AG
5001 Aarau
058/ 200 58 58
www.aargauerzeitung.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 27'639
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 310.025
Abo-Nr.: 1094414
Seite: 2
Fläche: 192'748 mm²

Aktionstag Alkoholprobleme Besuch in der Suchtklinik im Hasel

«Das Zeug runterleeren, dann gings wieder einigermassen»

Glücksspiel, Drogen und vor allem Alkohol - ein Betroffener erzählt von der Sucht als lebenslangem Begleiter: Wie er sich am Schluss «nur noch verkrochen und gesoffen» hat und wie die Liebe ihn zum Ausnüchtern brachte.



arsen/123d

VON URS MOSER

Man schätzt, dass in der Schweiz rund 250 000 alkoholabhängige Menschen leben. Einer von Ihnen ist Reto S. Wir haben ihn anlässlich des nationalen Aktionstags Alkoholprobleme von gestern getroffen: In der Klinik im Hasel in Gontenschwil, wo seit 1974 Suchtkranken dabei geholfen wird, den Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben zu finden. Das will auch Reto S. schaffen. Seinen wirklichen Namen will er nicht in der Zeitung veröffentlicht sehen. Genauso wie Karin M., seine Partnerin. Sie erzählen ihre Geschichte, weil sie gegen das Vorurteil «einmal Junkie, immer Junkie» angehen wollen. Aber das nur anonym, weil das Vorurteil eben

doch noch in sehr vielen Köpfen stecke. «Und dieses Schachteldenken finde ich ganz schlimm», sagt Karin M.

Sucht als lebenslanger Begleiter

Und es macht es doppelt schwer. Wenn er nach sechsmonatigem stationärem Aufenthalt in der Klinik im Hasel und anschliessender therapeutischer Betreuung in der ebenfalls von der Effinger-Stiftung betriebenen Tagesklinik in Lenzburg wieder die Integration in die Arbeitswelt versuchen muss, wird sich Reto S. hüten, sich als trockener Alkoholiker vorzustellen. Danach gefragt, wird er seine Absenz vom Arbeitsmarkt wohl mit einem Burn-out begründen. Gut ist das nicht unbedingt, denn offen über Rückfallgefahren sprechen zu können, würde den Umgang damit wahrscheinlich erleichtern. «Es wäre gescheiter, aber dann hätte ich kaum



Regio-Ausgabe

Aargauer Zeitung AG

5001 Aarau

058/ 200 58 58

www.aargauerzeitung.ch

Medienart: Print

Medientyp: Tages- und Wochenpresse

Auflage: 27'639

Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 310.025

Abo-Nr.: 1094414

Seite: 2

Fläche: 192'748 mm²

eine Chance auf dem Arbeitsmarkt», sagt Reto S.

Das Suchtverhalten begleitete ihn fast sein Leben lang, erzählt Reto S. Das fing im Alter von 12 Jahren mit Spielautomaten an, später Cannabis und dann auch harte Drogen. Davon kam er weg, geblieben ist der Alkohol. «Ich bin immer zweigleisig gefahren», sagt Reto S. Mit zweigleisig meint er: Trotz seiner Abhängigkeit hat er lange Zeit «funktioniert». Er machte eine Lehre als Elektromonteur, bildete sich in der Abendschule weiter und machte die Meisterprüfung, hatte gute Jobs. «Ich kam beruflich weiter, machte durchaus Karriere neben der Sucht», sagt der heute 44-Jährige. «Ich habe als Projektleiter gearbeitet, hatte Jobs mit viel Freiheiten, da hat niemand etwas gemerkt, wenn ich zwischendurch verschwunden bin, um mir etwas zu besorgen.»

«Ich habe nur so dahinvegetiert, mich verkrochen und gesoffen.»

Alkoholkranker Reto S.

«Ich merkte schon, dass irgendetwas nicht stimmt, aber ich konnte es nicht einordnen.»

Partnerin Karin M.

Ihm selber war dabei sein Suchtverhalten sehr wohl bewusst. «Ich war nie ein Genusstrinker. Ich habe Alkohol schon immer der Wirkung im Kopf wegen getrunken», sagt Reto S. Er ist sich selber nicht sicher, ob er seine Sucht wirklich jahrelang erfolgreich kaschiert hat oder ob sie in seinem Umfeld einfach gar keine grosse Rolle spielte. Eine Beziehung, der drei Kinder entsprangen, ist zwar zerbrochen. Aber ein beruflicher Vorgesetzter sprach ihn einmal bloss indirekt auf die Suchtproblematik an: Falls Reto S. Drogen konsumieren sollte, sei ihm das eigentlich egal, er leiste ja gute Arbeit, meinte der Chef.

Runterleeren, dann gings wieder

Reto S. beschreibt, hier am Tisch im Aufenthaltstraum der Klinik im Hasel, buchstäblich nüchtern, wie man sich das mit «dem gute Arbeit leisten» vorzustellen hat: «Den Tag hindurch, während der Arbeitszeit, habe ich nichts getrunken. Aber nach Feierabend musste ich als Erstes unbedingt eine Flasche Wodka kaufen, mich im Zug in die Toilette verziehen und das Zeug runterleeren, dann gings wieder einigermassen.»

Wie und warum es so weit kam, ist schwer zu ergründen. Er sei «behütet» aufgewachsen, sagt Reto S. Auf dem Land, zusammen mit zwei Schwestern, die Eltern sind bis heute ein glückliches Paar, mit dem er immer noch im gleichen Haus zusammenlebt. Da ist kein traumatisches Erlebnis. Wahrscheinlich habe er einfach als Kind seine Bedürfnisse nicht so befriedigt bekommen, wie er sich das gewünscht habe, meint Reto S. «Dann versucht man, sich Ersatz zu beschaffen.»

Auch seine letzte Stelle hat Reto S. nicht wegen der Alkoholsucht verloren, jedenfalls wurde das nicht so begründet. Es war ein - durchaus verantwortungsvoller - Bürojob, für Reto S. nicht wirklich das Richtige, befand sein Chef, und Reto S. sah das auch so. Man trennte sich in gegenseitigem Einvernehmen. Das war vor etwa einem Jahr, und dann kam der wirkliche Absturz. Ohne die geordnete Tagesstruktur des Arbeitslebens geriet Reto S. komplett aus der Bahn. «Ich wusste nicht einmal mehr, welcher Tag heute ist, ich habe nur so dahinvegetiert, mich verkrochen und gesoffen.»

Eine perfekte Maske

Dann lernten sich Reto S. und Karin M. über eine Internet-Partnerbörse kennen. Das war vor etwa neun Monaten. Es hat gefunkt. Karin M. hat bereits eine Ehe mit einem alkoholkranken Mann hinter sich. Dennoch schaffte es Reto S., vor ihr zu verbergen, was mit ihm los ist. «Ich merkte schon, dass irgendetwas nicht stimmt, aber ich konnte es nicht einordnen. Und ich wäre nie auf die Idee gekommen, dass



Regio-Ausgabe

Aargauer Zeitung AG
5001 Aarau
058/ 200 58 58
www.aargauerzeitung.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 27'639
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 310.025
Abo-Nr.: 1094414
Seite: 2
Fläche: 192'748 mm²

er süchtig ist», erzählt Karin M. Mehrmals nahm sie es hin, dass Reto S. sie versetzte. «Er konnte eine perfekte Maske aufsetzen, hatte für alles plausible Erklärungen», erzählt sie. «Ich führe ein Doppelleben, solange ich denken kann, da kommen dir die plausiblen Lügen in den Sinn, ohne dass du nachdenken musst», erklärt Reto S. Aber er wusste, dass die Sache so keine Zukunft hat. Eines Tages rief Karin M. bei den Eltern ihres neuen Freundes an und fiel aus allen Wolken, als sie erfuhr, warum sich Reto S. nicht meldete: Er hatte sich für den körperlichen Entzug in eine psychiatrische Klinik einweisen lassen.

Schluss mit dem Doppelleben

Der Anfang eines langen Wegs, an dessen Ende Reto S. und Karin M. noch lange nicht angekommen sind. Noch einmal eine Beziehung mit einem Alkoholiker, das geht für Karin M. auf keinen Fall. Und doch sagt sie: «Es stand für mich ausser Frage, dass wir zusammenbleiben.» Also eröffnete sie

der Familie von Reto S., dass sie jetzt kommen und ihn abholen werde. Zusammen suchten sie den Therapieplatz in der Klinik im Hasel, wo Reto S. und Karin M. im kargen Aufenthaltsraum beim Gespräch mit dem Journalisten immer näher zusammenrücken und sich die Hand drücken. Gut dreieinhalb Monate dauert nun der stationäre Aufenthalt schon. Nach sechs Monaten muss Reto S. die Klinik verlassen, länger kommt die Krankenkasse nicht für die Kosten auf. Dann wird er mit Karin M. zusammenziehen und die Therapie in der Tagesklinik in Lenzburg fortsetzen. Es gebe Zeiten mit grösserem und kleinerem Suchtdruck, aber es falle ihm mittlerweile schon relativ leicht, auf den Alkohol zu verzichten, meint Reto S. Er weiss, dass er noch nicht am Ziel ist, aber der Schritt zur Transparenz und Ehrlichkeit der Partnerin gegenüber sei ein wichtiger Schlüssel, um die Sucht erfolgreich zu bekämpfen. «Ich glaube fest, dass er es schafft, ich weiss es einfach», sagt Karin M.

HILFE FÜR SUCHTKRANKE UND ANGEHÖRIGE

Neun Beratungsstellen im Aargau

Der «nationale Aktionstag Alkoholprobleme» wechselt sich seit 2011 alle zwei Jahre mit der «Dialogwoche Alkohol» ab. Er wird von verschiedenen Organisationen wie dem Fachverband Sucht, dem Blauen Kreuz oder der schweizerischen Gesellschaft für Suchtmedizin getragen. Ziel ist, die Bevölkerung für die spezifischen Belastungen, mit denen Menschen mit Alkoholproblemen und deren Angehörige leben, zu sensibilisieren. Auch sollen die bestehenden Hilfsangebote besser bekannt gemacht werden.

Im Fokus stehen dieses Jahr die Angehörigen von Menschen mit einem Alkoholproblem. Obwohl sie grossen Belastungen ausgesetzt sind, stellt man fest, dass Angehörige nur einen kleinen Teil der Hilfsuchenden auf Suchtberatungsstellen ausmachen. Scham und hohe Erwartungen an sich selbst dürften zu den Gründen für diese Zurückhaltung gehören. Angehörige sollen anlässlich des Aktionstages motiviert werden, sich Unterstützung zu holen. Das Ziel der Trägerorganisationen ist, aufzuzeigen, wie die Angehörigen von Suchtkranken in ihrer Rol-

le unterstützt werden können, ohne dass sie sich dabei selbst überfordern. Im Aargau gibt es neun Beratungsstellen, an die sich Betroffene und deren Angehörige wenden können: Die Aargauische Stiftung Suchthilfe AGS betreibt Beratungsstellen in Aarau, Brugg, Döttingen, Lenzburg, Rheinfelden, Wohlen und Zofingen. In Aarau gibt es eine weitere Beratungsstelle des Blauen Kreuzes Aargau/Luzern. Das Beratungszentrum Bezirk Baden in Baden wird von den Gemeinden und Kirchgemeinden des Bezirkes getragen. (AZ)