

# Die richtige Klinik beim Alkoholentzug

Wer heute mit der Diagnose Alkoholabhängigkeit konfrontiert wird, ahnt oder weiß das selbst schon lange zuvor, will es aber nicht wahrhaben. Die Angst vor dem Entzug und die Aussicht, nie mehr trinken zu dürfen, erscheint häufig als unüberwindliche Hürde. Dazu kommt die Ungewissheit, wer und wie einem geholfen werden kann. Eine ambulante Behandlung erscheint zunächst ausreichend, ist aber mit hohen Risiken behaftet. Für die meisten ist ein stationärer Aufenthalt wesentlich hilfreicher und Erfolg versprechender. Wer privat versichert ist hat eine große Auswahl bei der Therapie oder beim Krankenhaus. Ein Vergleich der Angebote von Privatkliniken lohnt sich. Worauf Sie achten sollten, zeigen wir Ihnen hier!

## **Die Klinik sollte höchstmöglich spezialisiert sein.**

In vielen Kliniken sind sie in der psychiatrischen Abteilung untergebracht, wo alle psychischen Erkrankungen behandelt werden. Besser aufgehoben sind Sie in reinen Suchtkliniken, wo alle Abhängigkeitserkrankungen unter einem Dach sind.

Daneben gibt es für Alkoholiker noch reine Alkoholkliniken, wo alle Patienten die gleiche Diagnose haben und ausschließlich das Thema Alkoholismus therapiert wird.

## **Die Entzugssymptome und der Suchtdruck sollen so gering wie möglich sein.**

Viele Patienten haben Angst vor den Entzugssymptomen, wie Schlaflosigkeit, starkes Schwitzen, Rückenschmerzen, Übelkeit oder zitterige Beine. Im Extremfall kann es zu Krampfanfällen oder zum Delir kommen, was mitunter tödlich ausgeht. In den meisten Kliniken wird mit Benzodiazepan, mit Medikamenten entgegengewirkt. Moderne Verfahren, wie die Neuro-Elektrische Stimulation, kommen fast ohne Medikamente aus und reduzieren die Entzugssymptome in sehr kurzer Zeit. Vor allem empfindet der Patient nach ein bis zwei Tagen keinen Suchtdruck mehr und kann sich daher viel besser auf die eigentliche Therapie einlassen.

## **Gruppentherapie ohne Wechsel und ohne Störung**

Gruppengespräche sind ein ganz wichtiger Teil einer Alkoholtherapie. Je homogener die Gruppe, desto besser sind die Ergebnisse. Achten Sie darauf, dass in der Gruppe kein Kommen und Gehen ist und Sie sich nicht jeden zweiten Tag an ein neues Gesicht gewöhnen müssen. Das geht nur, wenn die Patienten alle zum gleichen Zeitpunkt mit der Therapie starten und die Inhalte gemeinsam durchgehen. Also kein Rotationssystem, sondern geschlossenen Gruppen, die dann zu einer Einheit zusammen wachsen und sich gegenseitig unterstützen.

## **Die Therapie sollte intensiv sein, aber keine 4 oder 6 Wochen dauern**

Achten Sie darauf, dass die Klinik die Entgiftung(körperlicher Entzug) und die Entwöhnung (psychischer Entzug) in einem kontinuierlichem Prozess anbietet. In Verbindung mit einem Verfahren wie der Neuro-Elektrischen Stimulation reichen dann drei Wochen Therapie aus, um wieder stabil in den Alltag zurückzukehren.

## **Achten Sie auf Diskretion**

Die Empfehlung von Experten lautet, sich nach dem erfolgreichen Entzug auch im Freundeskreis zu outen. Im Vorfeld ist jedoch bereits der erste Schritt, sich helfen zu lassen, eine Riesenüberwindung. Um geschützt zu bleiben, sollten sie sich eine Klinik suchen, bei der sie mit so wenig Mitpatienten wie möglich in Kontakt kommen, ohne auf Gruppentherapie zu verzichten. Ein kleines, familiäres Haus, ohne Rotationsprinzip, ist hier ideal.