

Gefahr in jeder Lebensphase

Der Kanton Thurgau untersucht das Risiko, in einer Übergangsphase in die Sucht abrutschen zu können. Schwerpunkt sind Personen zwischen 55 und der Pensionierung, aber auch Jugendliche. Das Blaue Kreuz findet das sinnvoll.

CASPAR HESSE

FRAUENFELD. Im aktuellen Suchtkonzept legt der Thurgau sein Schwergewicht nicht mehr auf den Alkohol als das grösste Problem, und dabei soll möglichst früh eingegriffen werden (TZ vom 16. Dezember). Speziell untersucht werden sollen die Übergangsphasen im Leben eines Menschen, und das sind vor allem das Jugendalter, in dem viel experimentiert wird, aber auch das Alter 55 plus, in dem sich Arbeitstätige auf die Zeit nach ihrer Pensionierung vorbereiten.

Schon beim «problembehafteten Konsum» soll eingegriffen werden, sagte Judith Hübscher Stettler, kantonale Beauftragte für Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht, bei der Vorstellung des Konzepts. Das Ziel ist, eine «Problemlast» für die ganze Gesellschaft zu vermeiden. Deshalb soll schon vor der Pensionierung angesetzt werden, wenn sich allfällige Probleme

noch in einem überschaubaren Rahmen bewegen. Daten aus dem Thurgau liegen noch nicht vor, da mit den Erhebungen erst begonnen wird.

Auch überbordende Freuden

Bei der Fachstelle Blaues Kreuz Schaffhausen-Thurgau ist die Reaktion auf diese Pläne positiv: «Das kann ich nur unterstützen», sagt Stellenleiterin Conny Suter. Das Alter 55 plus zum Untersuchungsgegenstand zu machen, befürwortet sie, weil es für die Behandlung des Einzelnen ein weiterer Puzzlestein sein kann. Es kann helfen, zu erkennen, was diese Altersgruppe spezifisch benötige.

Doch müsse man jedes Individuum einzeln betrachten. «Alle haben unterschiedliche Gene, verschiedene Sozialisierungen und stammen aus verschiedenen Kulturen», sagt Suter. Dass man in einer Übergangszeit speziell gefährdet sei, dem stimmt Suter zu. Aber: «In jeder Lebensphase gibt es Gefahren und Abhängigkeiten.»

Eine Scheidung oder die Entlassung kann ein Schicksalsschlag sein, der einen in die Abhängigkeit führt, aber auch die Geburt eines Kindes. Generell können nicht nur Krisen, sondern überbordende Freuden

Grund für einen Missbrauch von süchtig machenden Substanzen sein, gibt Suter zu bedenken.

Motivation nötig

Nach der Pensionierung wird es zunehmend schwieriger, das

Verhalten zu ändern. «Jüngere können noch eher einen Willen aufbringen», sagt Suter. Bei Älteren spiele oft auch Trägheit mit hinein oder die Resignation, dass man ohnehin nichts mehr ändern könne.

Doch auch hier gilt, dass bei einer frühzeitigen Behandlung viel erreicht werden kann. Wenn Alkoholismus als «Ausdruck eines misslungener Übergangs ins dritte Lebensalter im Sinne einer untauglichen Selbstmedikation» angesehen werden muss, bestehe auf Patientenseite oft eine hohe Motivation und Bereitschaft zur Mitarbeit. Die Behandlungsergebnisse seien dann teilweise besser als bei Erwachsenen im jüngeren oder mittleren Lebensalter, heisst es in einer Studie der Forel-Klinik. Wenn sich der Patient hingegen schon in einem chronifizierten späten Stadium der Alkoholsucht befindet, «stehen therapeutische Massnahmen unter dem Leitgedanken von Schadensbegrenzung, Erhaltung von Würde und (eingeschränkter) Autonomie».

Behandlung Erst, wenn der Druck zu hoch wird

Bis sich jemand wegen Alkoholproblemen in Behandlung begibt, braucht es Zeit. «Patientinnen und Patienten kommen häufig erst nach vielen Jahren des problematischen und gesundheitsschädigenden Konsums zu uns», sagt Anne Keller, Chefärztin der Forel-Klinik in Ellikon an der Thur. «Ich höre öfter von Patienten gegen Ende ihrer stationären Behandlung, dass sie bedauern, sich nicht schon Jahre zuvor an die Forel-Klinik gewendet zu haben.» Diese ist primär nicht in der Prävention, sondern in der Be-

handlung tätig. Online bietet die Klinik aber Informationen und Links an, damit jeder erkennt, ob sein Konsum schädlich ist. «Ein Grossteil der Patienten kommt erst dann zu uns, wenn der Druck der vielfältigen Probleme zu gross wird», sagt Keller. Erst das Arbeits- oder das persönliche Umfeld oder das körperliche Befinden würden eine Person dazu bewegen, Hilfe zu holen. Aber: «Zwingen kann man niemanden», sagt Keller. Der erste wichtige Schritt sei, sich das Problem einzugestehen. (che)

E-Voting bald in St. Galler Gemeinden

ST. GALLEN. Seit fünf Jahren können Auslandschweizerinnen und Auslandschweizer aus dem Kanton St. Gallen ihr Stimmrecht übers Internet ausüben. Gemäss Mitteilung der Staatskanzlei wird das Angebot rege genutzt: An der eidgenössischen Abstimmung vom 30. November 2014 haben beispielsweise 62 Prozent der Stimmenden, also knapp zwei Drittel, elektronisch abgestimmt. Dabei hat sich der eine oder andere vielleicht gefragt: Kommt meine Stimme auch wirklich so an, wie ich es will? «Elektronisch abstimmen ist tatsächlich keine triviale Angelegenheit», gibt Marisa Hämmerle, Leiterin Dienst für politische Rechte des Kantons St. Gallen, zu verstehen. «Es ist für uns eine Bedingung, dass Abstimmen über das Internet absolut sicher ist, bevor wir es flächendeckend einführen.»

E-Voting wird überprüfbar

Bei der kommenden eidgenössischen Volksabstimmung vom 8. März können Auslandschweizerinnen und Auslandschweizer aus dem Kanton St. Gallen erstmals die Übermittlung ihrer Stimmabgabe übers