

Von Vancouver nach Ellikon - Kommt die Opioid-Welle auch zu uns?

In Vancouver (Kanada) gehört der Lärm von Sirenen zum Alltag. Immer wieder sieht man dort Menschen, die zusammengesunken auf dem Trottoir liegen – Opfer der sogenannten Opioid-Welle. Auch in Schottland, etwa in Glasgow, sterben jedes Jahr Hunderte Menschen an Drogen – in den meisten Fällen sind starke Schmerzmittel, sogenannte Opiode, beteiligt.

Was hat das mit uns zu tun? Könnte so etwas auch im Kanton Zürich oder sogar bei uns in Ellikon passieren? Diese Frage beschäftigt uns – und wir möchten sie mit diesem Beitrag beleuchten.

Von Dr. sc. ETH Christian Lorenz, Leitung Medizinisch-Therapeutischer Bereich und PD Dr. med. Thomas Maier, Ärztliche Leitung an der Forel Klinik

Wenn Medikamente zur Gefahr werden

Sucht betrifft nicht nur Menschen, die harte Drogen nehmen oder zu viel Alkohol trinken. Auch ganz normale Medikamente vom Arzt können abhängig machen – vor allem Schlaf- oder Beruhigungsmittel wie Valium oder starke Schmerzmittel wie Morphin, Oxycodon oder Fentanyl. Solche Mittel helfen oft gut – zum Beispiel nach einer Operation, bei starken Schmerzen (Opiode), bei Panikattacken oder chronischer Schlaflosigkeit. Doch sie haben eine Kehrseite:

Wer sie über längere Zeit nimmt, gewöhnt sich daran. Die Wirkung lässt nach, also wird die Dosis erhöht. Und wenn man versucht, das Medikament wegzulassen, kommen die Beschwerden zurück – Schlafprobleme, Nervosität, Schmerzen. Ein Teufelskreis. In der Schweiz gelten rund 350'000 Menschen als abhängig von Schlaf- oder Beruhigungsmitteln. Viele haben mit einem harmlosen Rezept angefangen – und gemerkt, wie schwierig es ist, wieder davon loszukommen.

Wie gerät man in eine Opioid-Abhängigkeit?

Die Forschung unterscheidet zwei typische Wege:

1. Der Behandlungsweg:

Jemand bekommt nach einer Operation oder bei chronischen Schmerzen ein starkes Schmerzmittel verschrieben. Anfangs hilft es. Doch mit der Zeit braucht es mehr. Und wenn das Rezept endet, suchen manche einen anderen Weg – im schlimmsten Fall auf den Schwarzmärkten im Internet oder der Strasse.

2. Der Mischkonsum:

Vor allem bei jüngeren Menschen, aber auch bei chronisch Abhängigen kommt es vor, dass sie Opiode zusammen mit anderen Substanzen einnehmen – zum Beispiel mit Alkohol oder Beruhigungsmitteln, um nach einer Stimulanz wieder „runterzukommen“. Das ist besonders gefährlich, weil alle diese Stoffe das Nervensystem dämpfen. Es

kann zu Atemstillstand kommen – mit tödlichem Ausgang.

Was machen Opiode mit dem Körper?

Diese Mittel blockieren Schmerzreize im Gehirn und Rückenmark. Man spürt weniger Schmerzen und fühlt sich ruhig, manchmal sogar beschwingt. Doch mit der Zeit braucht der Körper immer mehr, um dieselbe Wirkung zu spüren. Und beim Reduzieren oder Absetzen treten Entzugerscheinungen auf – Zittern, Angst, Schmerzen.

Besonders tückisch: Opiode können auf Dauer das Schmerzempfinden sogar verstärken. Die Betroffenen fühlen sich dann schlechter, obwohl die Ursache eigentlich behandelt ist. Fachleute nennen das „Opioid-induzierte Hyperalgesie“.

Die Opioid-Krise im Ausland

In den USA begann die Opioid-Krise Ende der 90er-Jahre. Damals verschrieben viele Ärztinnen und Ärzte Schmerzmittel wie OxyContin auch bei leichten Beschwerden sehr freizügig und im Glauben, sie seien sicher. Pharmafirmen befeuerten diese Annahme mit gezieltem Marketing. Millionen Menschen wurden abhängig. Als die Behörden eingriffen und die Medikamente später schwerer erhältlich wurden, stiegen viele auf Heroin oder Fentanyl um – mit fatalen Folgen. Die Zahlen sind erschreckend: In den USA starben allein

2022 über 80'000 Menschen an einer Opioid-Überdosis.

Kanada kämpft mit ähnlichen Problemen – insbesondere in British Columbia, wo der Notstand ausgerufen wurde. Und in Schottland sind nicht nur Opioide allein für die Krise und viele Todesfälle verantwortlich, sondern auch der Mischkonsum mit Beruhigungsmitteln (Benzodiazepinen).

Diese Länder verbindet nicht nur die hohe Zahl der Betroffenen – sondern auch ein Mangel an frühzeitiger Hilfe, stabilem Gesundheitssystem und funktionierender Suchtprävention. Dort, wo Schmerzmittel leicht erhältlich sind, aber ärztliche Begleitung fehlt, ist der Weg in die Abhängigkeit oft nicht weit.

Und wie ist es bei uns?

In der Schweiz sieht es zum Glück anders aus. Hier sterben pro Jahr weniger als 200 Menschen an Drogen, was weit unter dem europäischen Schnitt liegt. Auch der Missbrauch von starken Medikamenten hält sich (noch) in Grenzen.

Das liegt an mehreren Dingen:

- **Zurückhaltende Verschreibungspraxis** In der Schweiz gibt es klare Richtlinien, wann und wie Opioide eingesetzt werden dürfen. ÄrztInnen sind gut geschult, Apotheken kontrollieren genau. Die Medikamente unterliegen dem Betäubungsmittelgesetz – jede Packung ist dokumentiert. Missbrauch fällt schneller auf.

- **Gute ärztliche Versorgung**

Menschen mit Schmerzen oder psychischen Beschwerden erhalten relativ rasch Hilfe – sei es in Hausarztpraxen, Schmerzzentren oder psychiatrischen Kliniken. Wer suchtkrank ist, bekommt in der Regel Zugang zu Entzug, Psychotherapie oder Substitutionstherapie.

- **Schweizer Suchtpolitik**

Nach den Erfahrungen mit der Heroinwelle der 1990er-Jahre setzt die Schweiz seit Jahrzehnten auf Prävention, Schadensminderung und Behandlung. Das wirkt – auch im Umgang mit Medikamentensucht.

Wachsam bleiben

Dennoch ist auch hierzulande die Zahl der verschriebenen Schmerzmittel in den letzten Jahren leicht gestiegen und im Abwasser vermehrt nachweisbar. Über das Internet kommen immer mehr gefährliche Medikamente in Umlauf – oft gefälscht und ohne Rezept. Vor allem junge Menschen sind gefährdet, in Social-Media-Kanälen kursieren gar Anleitungen zum Konsum, Tipps zur Beschaffung und Erfahrungsberichte.

Die Schweiz reagiert bereits: Basel-Stadt etwa hat ein umfassendes Vorsorgeprogramm initiiert, die Suchtforschung führt vermehrt Studien zu Medikamentenmissbrauch zu und Spitäler bauen ihre Schmerzambulanzen aus, um Alternativen zu Opioiden zu fördern.

Was macht Ellikon? – Ein Blick in die Forel Klinik

Auch in Ellikon ist das Thema angekommen. Die Forel Klinik in unserer Gemeinde ist seit über 130 Jahren auf die Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen spezialisiert. In letzter Zeit melden sich immer mehr Menschen, die von Medikamenten abhängig geworden sind. Oft kommen sie mit einer langen Geschichte: Entzugsversuche, Mehrfachbehandlungen, Verzweiflung. Manche wissen gar nicht, dass sie abhängig sind – sie nehmen „nur ihr Rezept“, Tag für Tag.

Die Forel Klinik bietet nicht nur einen körperlichen Entzug an, sondern auch psychologische Begleitung, Hilfe bei der Rückfallvermeidung und Gespräche in Gruppen, bei denen die Betroffenen sich austauschen und voneinander lernen. Oft ist das der erste Schritt zurück in ein selbstbestimmtes Leben

Und: Die Klinik arbeitet eng mit regionalen HausärztInnen, Apotheken, Spitalern und Sozialdiensten zusammen. So können Probleme früh erkannt und behandelt werden – bevor eine Krise entsteht.

Fazit: Besser vorbeugen als heilen

Die Opioid-Krise hat viele Länder schwer getroffen. In der Schweiz ist das bisher nicht passiert – dank einem starken Gesundheitssystem und einer vorsichtigen Verschreibungspraxis. Doch wir dürfen nicht nachlässig

werden und müssen wachsam bleiben. Denn Sucht beginnt oft leise – mit einem harmlosen Rezept oder einer Tablette „zum Runterkommen“.

Die Forel Klinik ist bereit, ihren Teil beizutragen – als Ansprechpartnerin für Betroffene, als Fachinstitution für die Behandlung und als Stimme der Aufklärung.

Das beste Mittel gegen Sucht ist, früh hinzuschauen – und niemanden allein zu lassen. Auch in Ellikon.



Schlafstörungen betreffen einen grossen Teil der Bevölkerung und kann zu verminderter Lebensqualität und Leistungsfähigkeit führen. Der Griff zur Schlaftablette kann schnell zur Gewohnheit mit verheerenden Folgen werden.

An advertisement for Forel Klinik. It features a man in a brown jacket and blue jeans standing on a pebbly shore next to a river. He is looking towards the right. Behind him, several long, flowing green ribbons trail behind him, suggesting movement or a path. The background is a misty, wooded area. The text 'forel klinik' is in the top left, and 'Wege, die wirken.' is in the top right. At the bottom, a dark red banner contains the website address.

forel
klinik

Wege, die wirken.

Besuchen Sie unsere neue Website: www.forel-klinik.ch