

„Mir wurde alles zu viel“

**Susanne\* steht im Gruppenraum der Tagesklinik, die schlanke Frau ist Anfang 50 und spricht über ihren schädlichen Umgang mit Alkohol und ihre nicht ganz leichte Entscheidung, sich in der Tagesklinik für Suchtmedizin gegen die drohende Gefahr eine Abhängigkeit zu entwickeln, Hilfe zu suchen. „Ich war einfach am Ende“, sagt sie „mir wurde alles zu viel.“**

Seit vier Wochen kommt die verheiratete Mutter zweier Kinder (15 u. 17 Jahre) täglich in die Klinik. Susannes Weg in die Sucht begann harmlos. Sie war berufstätig und erledigte die Hausarbeit ganz selbstverständlich nebenher, war immer für ihre Kinder da.

Irgendwann jedoch ergriff ein tiefer Erschöpfungszustand Besitz von ihr. „Eigentlich war es immer schon etwas viel, die Arbeit, der Haushalt, die Kinder“ sagt sie nachdenklich.

Aber auch sonst veränderte sich ihr Privatleben. Die pubertierenden Kinder wurden aufmüpfig, rebellierten gegen die Eltern. Das Leben wurde immer anstrengender. Susanne fühlte sich überfordert. „Das Grübeln raubte mir alle Energie, hinderte mich am Leben“, erzählt sie und blickt rüber in den Tagesraum schräg gegenüber, wo gerade einige Patienten zusammensitzen und Pause machen.

In dieser Zeit fing es an, sie selbst nennt es Burnout, morgens kam sie nur schwer aus dem Bett, alltägliche Dinge fielen ihr plötzlich schwer. „Ich fühlte mich antriebslos und irgendwann stand ich morgens gar nicht mehr auf, verbrachte den Tag im Bett und trank heimlich“, sagt sie.

Nichts lief mehr nach Plan. Susanne öffnete keine Post mehr, erledigte ihre Büroarbeit nicht, selbst das Ausräumen der Waschmaschine war ihr zu viel. Innere Leere und Verzweiflung überwältigten die einst so lebendige Frau. Jeden Abend trinkt sie nun gegen ihre übermächtige Verzweiflung.

Ihr Mann reagiert mit Verständnislosigkeit auf ihren Zustand. Susanne fühlt sich schuldig und willensschwach. „Das Wissen, nicht optimal zu funktionieren, lähmte mich noch mehr“, sagt sie ruhig. Der Alkohol lindert ihren zermürenden Zustand, verschafft ihr Verschnaufpausen und ist von nun an ihr täglicher Begleiter.

Dr. Simone Beitz, Oberärztin der Tagesklinik, kennt dieses Phänomen, „häufig liegt der Suchterkrankung eine Depression oder eine Überforderung zugrunde, unser Spielraum für geeignete Therapien, auch

für Medikamentenabhängigkeit, ist groß, wird aber von suchtgefährdeten Frauen eher zögerlich genutzt“.

Auch aus Sicht von Prof. Dr. Markus Banger, Ärztlicher Direktor der LVR-Klinik Bonn und Suchtexperte, sind es oft „Barrieren wie Scham, die insbesondere Frauen den Zugang zu therapeutischen Angeboten enorm erschweren“.

Susanne ist heute vieles klar, sie lernt wieder, sich wahrzunehmen und erlebt auch kleine Momente des Glücks. Im Kraftraum der Tagesklinik fühlt sie sich gut, spürt sich. Sie lernt wieder einen ganz normalen Alltag zu leben, morgens aufzustehen und vor allem, nachsichtiger mit sich selbst umzugehen.

„Ich kann die Vergangenheit nicht festhalten, die Zeit nicht zurückdrehen aber sogar das Verhältnis zu meinen Kindern ist wieder viel besser geworden. Und wenn der Suchtdruck kommt, weiß ich nun, was dann zu tun ist, das habe ich hier gelernt“.

### **Die Tagesklinik für Suchtmedizin**

Kaiser-Karl-Ring 20, 53111 Bonn, Tel. 0228 551 - 2800  
Sprechstunde jeden Mittwoch 12:00 -12:30 Uhr und nach Vereinbarung.  
Spezialisierte Angebote für Patientinnen und Patienten mit einer Depression, Erschöpfungszuständen bei vorliegender Suchterkrankung oder der Gefahr eine Suchterkrankung zu entwickeln.

\* Name von der Redaktion geändert