

PUBLIREPORTAGE

# Alkoholkonsum – kann zum Problem werden

In unserem Kulturkreis gehört Alkohol bei verschiedenen Gelegenheiten einfach dazu. Wenn wir etwas zu feiern haben, dann stossen wir oft mit Alkohol an. Auf einen grossen Schreck trinkt man zuerst mal einen Schnaps. Auch das tägliche Glas Wein zum Essen oder das Feierabendbier gehört für viele einfach dazu. Der Übergang von «Entspannung» zu «Stress» kann beim Konsum von Suchtmitteln fliegend sein.

## Bewusstsein für problematischen Konsum ist präsenter geworden

Gemäss der Statistik des Bundesamtes für Statistik, welche den Konsum von 1992 bis 2017 ausgewertet hat, ist der tägliche Konsum von Alkohol bei Männern von 30 Prozent auf 15 Prozent gesunken, bei Frauen im gleichen Zeitraum von 11,5 Prozent auf 7 Prozent. Dies hat sicher auch damit zu tun, dass u. a. auf Baustellen der Alkoholkonsum nicht mehr erlaubt ist und auch Geschäftsessen mit dem obligaten Glas Wein deutlich zurückgegangen sind. Traf man sich noch vor 20 Jahren nach Feierabend in seinem Stammlokal zu einem Drink, so ist diese «Tradition» auch praktisch

ausgestorben. Auffallend ist, dass im selben Zeitraum der Konsum der Altersgruppe 65+ sowohl bei Frauen und Männern gestiegen ist.

## Steigt die Suchtgefahr im Alter?

Der tägliche Alkoholkonsum ist bei der Altersgruppe 75+ mit 41 Prozent (Männer) und 20 Prozent (Frauen) sehr hoch. Es ist zu beobachten, dass er kontinuierlich ab 16 Jahren ansteigt. Das heisst, dass die Gefahr von Suchtkrankheit im Alter eher höher ist. Wenn man berücksichtigt, dass auch der Konsum von legalen (ärztlich verordneten) Medikamenten zunimmt, kann dies zu schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen führen.

## Anderes Trinkverhalten bei Jungen

Menschen zwischen 16 bis 34 Jahren konsumieren selten täglich, sind aber anteilmässig die häufigsten Rauschtrinker. Beim chronisch riskanten Konsum erreichen sie dieselben Werte wie Menschen 65+. Die Kombination Alkohol mit Marihuana oder anderen Substanzen und schnellem Autofahren wird schnell zu einer brandgefährlichen Mischung.



Alkoholprobleme können krank und einsam machen.

Bild: iStock

## Wenn der Partner ein Alkoholproblem hat

Nicht nur der Alkoholranke selbst ist ein Opfer seiner Sucht. Auch für seine Familie kann die Situation schwierig sein. Zu Beginn reagiert die Familie, wie die süchtige Person meist selbst auch, mit Ignoranz. Das Problem wird heruntergespielt und relativiert. Die Frau oder der

Mann «schützt» die alkoholranke Person, indem man ihr Alibis gibt oder leere Flaschen verschwinden lässt. Danach kommt meist die Kontrollphase, in der der Wein, das Bier versteckt und probiert wird, den Partner vom Konsum abzuhalten. In der Resignationsphase, in welcher eingestanden werden muss, dass es nicht gut läuft und man selbst und andere da-

runter leiden, kommt meist die Wutphase. «Durch deine Sauferei machst du alles kaputt», «wir hätten es so gut, wenn du nicht saufen würdest» etc. Spätestens dann (besser natürlich früher) sollte man sich als Angehörige Hilfe suchen. Denn dann ist nicht nur die Lebensqualität des Partners, sondern auch die von einem selbst und der Kinder stark eingeschränkt.

## Niederschwellige Hilfe holen

Den Mut zu fassen und zuzugeben, dass eine Situation ausser Kontrolle geraten ist und man unter den herrschenden Lebensumständen leidet, kann schmerzhaft sein. Hinschauen ist aber der erste Schritt, um eine Veränderung überhaupt zu ermöglichen. Öfters sind da mehrere Probleme, die man schon länger verdrängt hat, weil man Angst hatte, diese nicht lösen zu können. Seit Oktober letzten Jahres gibt es nun «SuppOrt – Soziale Beratungsstelle», welche Menschen in schwierigen Situationen hilft, Übersicht zu gewinnen und gezielt Angebote zu finden, welche der persönlichen Lösungsfindung dienen. Die Beratungen sind kostenlos, anonym und ohne Verpflichtung. Die Berater von «SuppOrt» sind jeweils mittwochs und donnerstags, zwischen 9 und 18 Uhr, in der Beratungsstelle oder auch telefonisch für eine Terminvereinbarung erreichbar. (pd)



## «ABBA Gold – The Concert Show» am 20. Januar im SAL



Am Freitag, 20. Januar, um 19.30 Uhr, gastiert ABBA Gold mit ihrer «#MorePopularThanEver»-Tournée im SAL in Schaan. In einer furiosen Liveshow spielen die Künstler ABBA-Hits originalgetreu. Vorverkauf: Ticketcorner, Manor, [www.dominoevent.ch](http://www.dominoevent.ch)

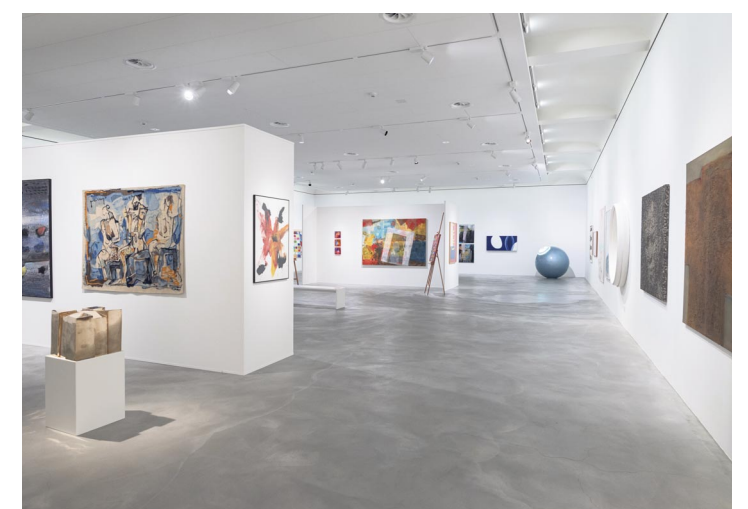
Bild: pd

## Kunstraum Engländerbau Vaduz

### Diskussionsrunde «Zur Wertschätzung von Kunst sowie Künstlerinnen und Künstlern» in Vaduz

Der Kunstraum Engländerbau in Vaduz lädt heute Abend, um 19 Uhr, zur Diskussionsrunde «Zur Wertschätzung von Kunst sowie Künstlerinnen und Künstlern» mit Regierungsrat Manuel Frick, Johannes Inama (Kulturverantwortlicher der Gemeinde Ruggell), Bruno Kaufmann (Künstler), Martina Morger (Künstlerin) und Arno Oehri (Vertreter IG Kunst und Kultur) in der Sammlungsausstellung der Kulturstiftung Liechtenstein.

Seit 2008 betreut die Kulturstiftung die Sammlung des zeitgenössischen Kunstschaffens in Liechtenstein. Diese Sammlung wird vom Land Liechtenstein seit 1964 als Dokumentation des zeitgenössischen Liechtensteiner Kunstschaffens der Bildenden Künste aufgebaut. Unter dem Leitmotiv «Form – Farbe – Fläche» stellen die Kuratorin Doris Bühler und



Der Engländerbau lädt heute zur Diskussionsrunde.

Bild: pd

der Kurator Elmar Gangl vor allem die Malerei in den Vordergrund. Ausgesuchte Exponate der Gattungen Skulptur, Zeichnung, Tapisserie und Videoinstallation ergänzen die Präsentation. (Anzeige)

## Diskussionsrunde

**Wann:** Dienstag, 10. Januar, um 19 Uhr. **Wo:** Kunstraum Engländerbau in Vaduz. – Die Ausstellung ist täglich von 13 bis 17 Uhr geöffnet.

## NEIN zum Casinoverbot!

Weil die Liechtensteiner Casinos über 500 neue Arbeitsplätze geschaffen haben.

[casinoverband.li](http://casinoverband.li)