

Schwerpunktthema: Sucht

- 1 Verhaltenssuchte – anders als Heroin!
- 5 «Wir untersuchen LSD in einem sehr kontrollierten Rahmen und mehrheitlich bei psychisch gesunden Personen»
- 8 Sport und Sucht – gesellschaftlich zunehmend relevant
- 11 Die Sucht verursacht jährlich Kosten von 7,7 Milliarden Franken in der Schweiz
- 11 Schlagwörter und andere Ausreden

Das offizielle Kommunikationsorgan der Ärztegesellschaft Baselland und der Medizinischen Gesellschaft Basel

Die Synapse finden Sie auch unter:
www.synapse-online.ch

Editorial



haltenssuchte sind wohl weniger bekannt oder weniger stigmatisiert: Kaufsucht, Sexsucht, süchtiger Pornokonsum im Internet, Geldspielsucht real und virtuell, Internet-Gaming. Die jetzige Synapse-Nummer befasst sich mit den Suchtthemen Verhaltenssuchte, «Sport und Sucht» und LSD, wobei LSD heute nur indirekt einen Suchtbezug hat, weil es in den 1970er-Jahren eine problematische Suchtdroge war:

einerseits als bewusstseinsweiternde Substanz, andererseits als Auslöserstoff für Psychosen/Schizophrenie. Als es dem Betäubungsmittelgesetz unterstellt wurde, verlor es in der Folge den Suchtmittelstatus. Lesen Sie, was LSD heute wieder für die Forschung interessant macht.

Dr. med. Peter Kern,
Mitglied Redaktion Synapse

Liebe Leserinnen und Leser

Suchtverhalten und Suchtprobleme gehören zum Menschen wie das Amen zur Kirche. Mangel erleben, Schmerzen seelischer, körperlicher oder sozialer Art, das Suchen nach vermisser Anerkennung, Bedeutung und Gratifikation sind leidvolle Zustände, die zu Suchtverhalten verleiten können. Aber auch Neugier kann am Anfang einer Suchtentwicklung stehen. Dabei ist das menschliche Suchtfeld ausserordentlich vielfältig. Ein Wissen über Substanzsuchte gehört heute zum Allgemeingut: Alkohol, Nikotin, Cannabis, Psychopharmaka (von Tranquilisern über Stimulanzien wie Amphetamine oder Kokain zu Schmerzmitteln wie Heroin, Morphin und Psychedelika). Auch klassische Körpersüchte wie Magersucht (Anorexie) und Ess-Brech-Sucht (Bulimie) sind allgemein bekannt. Dass auch Bewegung/Sport suchtartig betrieben werden kann, weiss man vielleicht weniger. Auch die heutigen Ver-

Interview Verhaltenssuchte – Fragen an Dipl.-Psych. Renanto Poespodihardjo

Verhaltenssuchte – anders als Heroin!

Psychoaktive Substanzen haben Suchtpotenzial. Dies trifft auch auf einige Verhaltensweisen zu, die unter dem Begriff der Verhaltenssuchte zusammengefasst werden. Dazu gehört etwa die Geldspielsucht oder die Internetgame-Sucht, die mit ihren unterschiedlichen Inhalten für viele eine terra incognita ist. Im Kanton Basel-Stadt gibt es ein spezialisiertes Behandlungsangebot für Menschen mit Verhaltenssuchten. Seit 2018 besteht erstmalig in der Schweiz die Möglichkeit, in einem rein auf Verhaltenssuchte ausgelegten Psychotherapiekonzept stationär in den Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) behandelt zu werden.

Ein Gespräch mit Dipl.-Psych. Renanto Poespodihardjo, Leitender Psychologe im Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen der UPK Basel.

Synapse: Welches sind die häufigsten Verhaltenssuchten?

Renanto Poespodihardjo: An erster Stelle liegt die Kaufsucht, die aber trotz der Häufigkeit (mindestens 5% der Bevölke-

rung) die geringste Rate an Inanspruchnahme einer Behandlung aufweist. Dafür gibt es vielfältige Gründe. Neben der Scham, die auch bei anderen psychischen Erkrankungen eine Behandlung oft um

Jahre verzögert, liegt bei der Kaufsucht eine geringe Akzeptanz als Erkrankung vor. Dies betrifft sowohl die Erkrankten selbst als auch die Gesellschaft als Ganzes. Sie wird auch nicht in der ICD-11 Klassifikation enthalten sein. Eine Sensibilisierungskampagne zur dieser Problematik hat es in der Schweiz bis heute nicht gegeben. Weiter gehört der pathologische Internetkonsum (Prävalenz 1–9%) mit der *Internetgaming-Störung* zu den Verhaltenssuchten. Hier spielen vor allem die leichte Verfügbarkeit und die geringen Kosten des Konsums eine Rolle. Der Internet-Pornokonsum als Teilaspekt der *Sexsucht* (Prävalenz 3%) steht hinsichtlich der Häufigkeit noch vor der *Geldspielsucht* (1%). Letztere tritt v.a. in Form von Geldspielen auf. Hier haben die gesetzlich verankerten Sozialkonzepte der Casinos zu einer fachlichen Expertise beigetragen. Nicht zuletzt als Folge von Sensibilisierungskampagnen haben wir beim Geldspiel die höchste Rate an Inanspruchnahme bei der Behandlung.

Gibt es relevante psychiatrische Komorbiditäten bei den Verhaltenssuchten?

Nur ein geringer Teil der Betroffenen – wir gehen von 10–15% aus – beginnt eine Behandlung, die aber umso wichtiger ist, weil diese oft schwere psychische Begleiterkrankungen aufweisen, wie zum Beispiel Depressionen, Substanzstörungen und Angststörungen. Während bei der Kaufsucht meist keine zusätzliche Substanzproblematik besteht, konsumieren Menschen mit Internetgaming-Störung oft Cannabis, Geldspieler hingegen Alkohol und Kokain, und zwar im Sinne eines schädlichen Gebrauchs, weniger im Sinne einer schweren Abhängigkeit. Menschen mit suchtartigem Internet-Pornokonsum sind oftmals sozial und beruflich nicht integriert.

Hat die Corona-Pandemie Auswirkungen auf die Entstehung von Verhaltenssuchten?

Ja, die gibt es in vielfältiger Art. Beispielsweise konnten jene Personen, die primär *terrestrisch* Geldspiel betrieben haben, dies während des Lockdowns nicht mehr tun, da die Casinos geschlossen waren. Sportwetten gab es wegen der fehlenden Sportveranstaltungen auch nicht mehr. Ähnliches gilt für das *terrestrisch* Kaufen, da das Einkaufserlebnis durch die Pandemiemaßnahmen beeinträchtigt wurde. Beim Internet-Pornokonsum haben wir bei bereits hohen Ausgangswerten eine

weitere Zunahme während der ersten Pandemiezeit festgestellt.

«Für anfällige Teenager ist Fortnite wie Heroin», schilderte ein Vater seine Einschätzung zum Computerspiel seines Sohnes in der ZEIT¹. Kann man das so vergleichen?

Ich verstehe die Panik, weil es sich um ein unbekanntes Feld handelt. Im Gegensatz zu Heroin, Alkohol oder Nikotin entwickeln die allermeisten Computerspieler keine körperliche oder psychische Abhängigkeit. Aber: Wir haben es mit gestaltbaren *psychoaktiven Produkten* zu tun, die auf das Gehirn – den mesolimbischen Teil, unser Belohnungssystem – einwirken. Jedes dieser Produkte ist potenziell in der Lage, einen Kick zu generieren und gleichzeitig eine Betäubung und Gewöhnung zu erreichen. Lust wirkt als maximaler Verstärker und Betäubung führt zu Verlust von Zeitempfinden und von inneren negativen Empfindungen. In Verbindung mit weiteren unspezifischen Faktoren kann sich eine Erkrankung entwickeln. Fortnite ist ein Free-to-play-Game, das in einem Grundmodus kostenlos ist. Einnahmen generiert die Gameindustrie über die sog. «In-Spiel-Käufe». Es ist noch nicht gesichert, ob solche Spiele eine Problematik im Sinne eines Einstiegs in die Verhaltenssucht darstellen. Interessanterweise spielen aber die abhängigen Spieler in der Regel keine Pay-to-win-Games, da diese Produkte aus Spielersicht technisch und inhaltlich schlechter sind und gegen einen Spielerkodex verstossen.

Ein Ehrenkodex?

Asiatische Gamer geben eher Geld im Spiel aus, um etwas zu sein, was sozial akzeptiert ist. Amerikanische und europäische Spieler geben kein Geld im Spiel aus, sondern legen Wert auf die Leistung im Spiel.

Gibt es typische Problemlagen von Menschen, die eine Behandlung in der Ambulanz und auf der Station für Verhaltenssuchte beginnen?

Wir sehen hier massive Probleme bei der sozialen Integration, insbesondere bei der Aufnahme von Freundschafts- und Liebesbeziehungen im *terrestrischen* Bereich. Ebenso bestehen grosse Schwierigkeiten bei der Arbeitsintegration, zum Beispiel im Hinblick auf die eingeschränkte Fähigkeit, das eigene Potenzial abzurufen, um Ausbildungsprozesse erfolgreich zu absolvieren, oder im Hinblick



Renanto Poespodihardjo

auf die Gefahr, aus Arbeitsverhältnissen herauszufallen. Es gibt Jugendliche, die u.a. aufgrund Internetgaming die Leistungen der Invalidenversicherung benötigen.

Was kann man zur Motivation bei Behandlungsbeginn sagen?

Die meisten Jugendlichen ab 15 bis 22 Jahren sind fremdmotiviert. Das Spielen wird als eine Art von Leidenschaft erlebt. Es ist ihre «Lebenswelt» und wird damit grundsätzlich anders wahrgenommen als eine psychoaktive Substanz. Etwas anderes ist für sie gar nicht vorstellbar! Wozu auch? Das Leben erscheint unendlich lang. Ab dem 25. Lebensjahr ist dann mehr Eigenmotivation vorhanden. Beim Geldspiel wiederum besteht oft auch ein starker Druck seitens des persönlichen Umfelds. Im Bereich der Sexsucht sehen wir hauptsächlich fremdmotivierte Männer, die von ihren Partnerinnen gedrängt werden oder Auflagen im Sinne juristischer Massnahmen erfüllen müssen.

Welches sind wesentliche therapeutische Aspekte, beispielsweise bei der Internetgame-Sucht?

Wenn ein Jugendlicher mit einer Internetgaming-Störung behandelt wird, ist es für uns von hoher Wichtigkeit, zu verstehen, wie er die spezifischen Inhalte des Spiels erlebt. Für die therapeutische Beziehung ist es dann von Relevanz, zu erkennen, inwieweit der Jugendliche im Spiel sozial eingebunden ist. Beispielsweise, wenn er als Abteilungsleiter einer Baugemeinschaft für die Konzeption und den Aufbau von Verteidigungswällen verantwortlich ist und dabei Tätigkeiten lokal und international koordiniert. Dann kann eine therapeutische Arbeit nicht

¹ Gustav Falke, DIE ZEIT Nr. 5/2020

darin bestehen, dem Betroffenen und dem Umfeld erstmal einen klassischen Entzug zu empfehlen oder einfach «den Stöpsel» zu ziehen. Bei den Internet-Spielern arbeiten wir mit verschiedenen therapeutischen Interventionen wie Entzug, Trauerverarbeitung oder auch Abschiednehmen. Aufgrund bestimmter Rahmenbedingungen der Spiele funktioniert ein Entzug zum Beispiel beim Spiel *League of Legends* gut, hingegen beim Spiel *World of Warcraft* nicht, weil dort die soziale Einbindung einen deutlich höheren Stellenwert hat.

Welches sind die Ziele der Therapie?

In der Therapie versuchen wir eine Integration von störungsspezifischen Interventionen und therapeutischen Prozessen zu erreichen. Während die störungsspezifischen Interventionen die verschiedenen Produkte aufgreifen, dienen unspezifische Verfahren dazu, therapeutische Prozesse zu aktualisieren. Dafür nutzen wir die ACT (Acceptance and Commitment Therapy) mit starker Werteorientierung und das Motivational Interviewing aus dem Suchtbereich.

Diese Verfahren haben eine breite Wirkung auf soziale und arbeitsintegrative Ziele. In einer erfolgreichen Therapie geht es schliesslich darum, eine Distanz zum Produkt zu entwickeln und eine Abstinenz zu realisieren, womit nicht der gesamte Internetkonsum gemeint ist. Das abstinente Setting auf der Abteilung führt rasch zu ganz unterschiedlichen Empfindungen: Bei Menschen mit einer Kauf- oder Geldspielsucht macht sich oft Erleichterung breit, die gewonnene Zeit wird angenehm empfunden. Bei den Internet-Spielern tritt die Zeit als negativ bewertete Langeweile in Erscheinung.

Wie sieht das Abklärungsangebot für zuweisende Hausärzte aus?

Dem Kennenlerngespräch folgt eine intensive Diagnostik (störungsspezifisch und störungsübergreifend), dazu kommt noch ein strukturiertes klinisches Interview. Danach erfolgt eine Rückmeldung an den Patienten und Zuweiser, ob eine Behandlung indiziert ist und welche therapeutischen Angebote (Einzel- oder Gruppensetting, ambulantes oder stationäres Setting) sinnvoll sind. Danach er-

folgen dann fakultativ Beratung und Behandlung. Man kann sich auch nur für eine Abklärung ohne Beratung und Behandlung anmelden.

Was finden Sie persönlich interessant an der Behandlung von Menschen mit Verhaltenssüchten?

Bei Menschen mit Verhaltenssüchten erlebe ich viele sehr lebendig-gewitzte Anteile, auch bei Patienten mit chronischen Verläufen. Jemandem die Möglichkeiten zu geben, selbstbestimmte Prozesse neu zu gestalten, erlebe ich als sehr befriedigend. Das Thema der Verhaltenssüchte ist in seinen Formen vielfältig und Video-games sind oftmals faszinierend.

*Die Fragen stellte
Dr. med. Burkhard Gierer,
Mitglied Redaktion Synapse*

Renanto Poespodihardjo ist Leitender Psychologe im Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen der UPK Basel.