

Alkoholismus

Problematik Suchtmittelkonsum

Sandra Hässig, Sek A3



Begleitperson:

Corinna Hufschmied

Abgabedatum:

19.04.2011

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	4
1.1. Vorwort	4
1.2. Meine Ziele.....	5
1.3. Mein Arbeitsvorgehen.....	5
2. Hauptteil	5
2.1. Planung und Materialsammlung	5
2.2. Meine Arbeit an der Abschlussarbeit	6
2.3. Interview	7
2.4. Resultat meiner Arbeit und Schlussfolgerung.....	11
3. Schlusswort (persönliche Reflexion)	11
4. Literaturverzeichnis	12

1. Einleitung

1.1. Vorwort

Während der Jugendzeit treten viele neue Dinge in das Leben eines Menschen. Man kommt in die Pubertät und hat mit unreiner Haut zu kämpfen, man muss sich für einen Beruf entscheiden, sich auf die Suche nach einer Lehrstelle machen und hat oft stressige Situationen zuhause, mit denen man klarkommen muss. Durch die vielen neuen Aufgaben, die wir Jugendlichen zu meistern haben und die vielen Anforderungen, denen wir uns stellen müssen geraten wir oft in stressige Situationen, welche wir glauben nicht gewachsen zu sein.

Auf der Suche nach Anerkennung und Ablenkung geraten wir schnell an Suchtmittel.

Das Thema Sucht kommt immer wieder auf den Tisch und ist sehr heikel.

Ich selbst habe mich auf das Thema Alkohol und dessen Abhängigkeit entschieden. Meiner Meinung nach betrifft dieses Problem den Hauptteil der Menschen. Mit meinem Ratgeber über Alkohol, den ich während meiner Abschlussarbeit herstellen werde will ich versuchen, den Leuten die Augen zu öffnen und sie zum Nachdenken anzuregen. Denn viele Menschen sind sich gar nicht bewusst, was es heißt, abhängig zu sein und wie sehr sie ihrer Gesundheit und ihrem sozialen Umfeld schaden. Oftmals wird das Problem nicht selber wahrgenommen oder einfach verdrängt.

Corinna Hufschmied hat mir während meiner Abschlussarbeit sehr geholfen und mich tatkräftig unterstützt. Bei allfälligen Fragen oder Unklarheiten hat sie mir geholfen eine Lösung zu finden und mich zu neuen Ideen inspiriert, die ich dann versucht habe zu verwirklichen.

Für diese tolle Unterstützung bin ich ihr sehr dankbar.

Ein weiterer Dank geht an Thomas Hindermann und Fabienne Affolter, die meinen Zeitplan und meine Arbeiten überwachten und mir bei allfälligen Arbeiten beiseite standen.

Ausserdem habe ich mit der Hilfe von wertvollen Informationen, die ich von Liliane Küng zum Thema Alkohol in der Schwangerschaft erhalten habe, ein weiteres Ziel in meiner Abschlussarbeit erreicht. Vielen Dank.

1.2. Meine Ziele

Ich möchte den Menschen mit Hilfe meines Ratgebers wertvolle Tipps auf den Weg geben. Darin enthalten sind wichtige und nützliche Informationen rund um das Thema Alkohol wie beispielsweise die Problematik und Folgen des übermässigen Konsums oder die Definition von Alkohol selber.

1.3. Mein Arbeitsvorgehen

Als Erstes dachte ich an ein Fotobuch über das Thema Alkohol. Nach ein paar Wochen musste ich jedoch feststellen, dass ich dieses Ziel nicht erreichen konnte.

Sämtliche Bilder rund um den Alkohol gibt es bereits überall verstreut im Internet. Mein Ziel ist es nicht, ein Produkt zu erstellen, das es bereits gibt sondern etwas neues zu kreieren und das hat mich schliesslich auf die Idee eines Ratgebers gebracht. In einen Ratgeber kann ich all mein Wissen hineinstecken. Es ist mein eigenes Werk.

2. Hauptteil

2.1. Planung und Materialsammlung

Als mein Ziel, einen Ratgeber herzustellen, sicher war fing ich an zu recherchieren. Meine erste Haltestelle war dabei wie wahrscheinlich bei allen Jugendlichen das Internet. Was ich zusätzlich eingeplant habe, war ein Interview. Durch meine Begleitperson Corinna Hufschmied fand ich schlussendlich meine Kontaktperson Liliane Küng. Da sie als Hebamme arbeitet hat sie viel Erfahrung, was Schwangerschaft und Kinder angeht. Nach dem spannenden Interview ordnete ich meine Informationen und ihre Antworten und erstellte eine Zusammenfassung. Als nächstes startete ich dann meinen Ratgeber. Ich begann mit dem Inhaltsverzeichnis, indem ich die wesentlichen Fragen festhielt. Mein Besuch in der

Bibliothek war so aufschlussreich, dass sich mein Ratgeber schnell füllte. Zum Abschluss meiner Arbeit schrieb ich dann die Dokumentation.

2.2. Meine Arbeit an der Abschlussarbeit

Wer kennt dieses Gefühl nicht; ein neues Projekt wird in der Schule angekündigt und mit voller Motivation und Elan stürzt man sich in die Arbeit.

Von völlig neuen Ideen und Fantasien beflügelt erstellt man sich einen Zeitplan.

Nach einer bestimmten Zeit wird einem dann bewusst, dass man sich völlig überschätzt hat und beginnt seine ganze Arbeit umzukrempeln.

Und genau so erging es mir bei meiner Abschlussarbeit.

Aus meinem Fotobuch gestaltete ich schließlich ein kleines Sachbuch zum Thema Alkohol, da ich finde, dass es zum einen handlich ist für unterwegs und passt in jede Handtasche. Der Beruf von der Mutter meiner Begleitperson hat mich zu einer neuen Idee gebracht, nämlich zum Thema Alkohol in der Schwangerschaft. Das Thema war mir selbst völlig neu und hat mich sehr interessiert. Durch das Interview konnten nicht nur meine Leser sondern auch ich selber profitieren.

Jeden Sonntag befasste ich mich mit der Abschlussarbeit. Anfangs nahm ich die Arbeit wohl etwas auf die leichte Schulter. Aus diesem Grund musste ich mich noch richtig ins "Zeug" legen, damit die Arbeit pünktlich fertig wurde.

2.3. Interview

Am 18. März 2011 habe ich mich mit einer Hebamme namens Liliane Küng an ihrem Arbeitsplatz im Spital Wetzikon getroffen, um etwas mehr über ihre Arbeit und das Thema Alkohol in der Schwangerschaft zu erfahren.

I

Wie lange arbeiten Sie bereits als Hebamme?

- Ich arbeite nun seit zweieinhalb Jahren hier im Spital Wetzikon.

Weshalb haben Sie sich gerade für diesen Beruf entschieden?

- Nach der 2.Sek habe ich die Aufnahmeprüfung des Gymnasiums bestanden und habe dann ab der 3.Oberstufe das Gymnasium besucht dass ich in danach einem Jahr im Frühling abgebrochen habe.

Dazumals wollte ich dann eine Lehre als medizinische Praxisassistentin beginnen.

Da die Lehrzeit aber erst im Sommer beginnt habe ich ein Praktikum im Spital am Wochenbett gemacht.

Sofort war ich von dem Wachstum eines Kindes völlig begeistert.

Ich fand es unglaublich, was die Natur alles erschaffen konnte.

Das Begleiten eines Paares durch eine Schwangerschaft, die Beratung rund um das Kind und der grosse Moment wenn das Kind bereit war das Licht der Welt zu erblicken war für mich etwas ganz besonderes.

Das Praktikum hat mich schlussendlich dazu bewegt, mich um eine Lehrstelle als Hebamme zu bewerben.

Gibt es Tage, an denen Sie lieber einen anderen Beruf hätten?

- Ja die gibt es.

Es gib Tage, da haben wir praktisch keine Geburten, dann gibt es aber auch Tage an denen ich bis zu 5 Geburten durchführen muss.

An das Essen oder Trinken wird da nicht gedacht. An diesen tagen habe ich das Gefühl, dass ich mir selbst und den gebährenden Müttern nicht gerecht werde.

Zusätzlich erlebe ich natürlich auch nicht selten, dass ein Kind nicht völlig gesund auf die Welt kommt und reanimiert werden muss oder sonstige Beschwerden hat.

In solchen Momenten leide ich mit der Familie und dem Kind mit.

Hatten Sie schon viele Patientinnen, die während der Schwangerschaft Alkohol konsumiert haben?

Ich selbst habe es noch nie miterlebt, jedoch würde ich mal behaupten, dass die betroffenen Mütter es auch nicht zugeben würden. Erst in der Kontrolle wird man darauf aufmerksam, wenn beispielsweise eine Frau viel betrunken zur Kontrolle erscheint.

Weshalb ist der Alkohol in der Schwangerschaft schädlich für das Kind?

- Alkohol ist ein Gift.

Wenn eine Frau Alkohol konsumiert geht dieser rasch über das Blut via Plazenta(Mutterkuchen) zum Baby.

Das Kind bekommt die volle Menge ab und hat somit den gleichen Alkoholpegel wie die Mutter. Ein Kind braucht jedoch bis zu 10 mal länger, um den Alkohol abzubauen. Durch den langsamen Abbau des Alkohols bleibt der Alkohol länger im Körper und kann die Zellenentwicklung dauerhaft schädigen.

Ist das gelegentliche Trinken während der Schwangerschaft ungefährlich?

-Es gibt keine sichere, Unbedenkliche Menge an Alkohol für das Kind. Es muss davon ausgegangen werden, dass jeglicher Alkoholkonsum während der Schwangerschaft ein grundsätzliches Risiko ist.

Lieber Vorsicht als Nachsicht.

Ansonsten lieber ein mal ein Glas Wein, als ständige Exzesse.

Was geschieht mit dem noch ungeborenen Kind während der Schwangerschaft und mit welchen Folgen muss gerechnet werden?

- Risiken und Folgen:

- Fehlgeburt(schon ab 4 Drinks/wo deutlich erhöht)

- Todgeburt(bei höherem Konsum)

- Frühgeburt(mehr als 3 Wochen zu früh auf die Welt)
- Entwicklungsstörungen

täglich 1-1.5 Gläser Alkohol zeigen sich bei der Beeinträchtigung von intrauterinem Wachstum und mentaler Entwicklung.

2 Drinks/Tag: Tägliche Abnahme vom IQ um 7 Punkte

bei kurzfristigen Alkoholexzessen(mindestens 5 Drinks pro Exzess)Rückstand von 1-3 Monaten im Lesen und Rechnen ab 1.Schuljahr.

bei chronischem Alkoholkonsum(täglich viel, 1-2 Flaschen Wein):

Fetales Alkoholsyndrom(

Schädigung je nach Reifezustand(wenn man immer wieder zu viel konsumiert)

1.Trimenon:

- Bildung der Organanlagen, dementsprechend tiefgreifende Schädigungen wie:
- Kopf-/ Gehirnentwicklung
- Gesichtsveränderungen mit struktureller Unterentwicklung
- Fehlbildung innerer Organe

2.Trimenon

- Fehlgeburt(grösste Gefahr)
- Wachstumsretardierung mit Rückstand in körperlicher Entwicklung

3.Trimenon:

- Entwicklung unter anderem körperlich und kognitiv: Gefahr von Wachstumsretardierung und Schädigung des Zellenervensystems
- Das Gehirn befindet sich in der ganzen Schwangerschaft im Reifungsprozess und ist deshalb immer bedroht.

Folgen bei fast 50% aller Schwangeren, die chronisch, das heisst fast täglich viel Alkohol konsumieren:

- *Defekte des Zellenervensystems mit Intelligenzminderung und Verhaltensstörungen*
- *Die meisten Babys sind klein und untergewichtig*
- *Kleiner Kopf, Minderbildung des Gehirns*
- *Mangelhafte Muskelentwicklung*
- *Sprachstörungen*
- *Hörstörungen*
- *Sehstörungen*
- *Schlafstörungen*
- *Herzfehler*
- *Vermeehrt Lippen – Kiefer – Gaumenspalte*
- *Konzentrationsschwäche*
- *Hyperaktivität*
- *Agressivität*
- *Lange Reaktionszeit*
- *Spezielles Aussehen: Kleiner Kopf, flaches Mittelgesicht, dünne Lippen, fliehendes Kinn, kurzer + breiter Nasenrücken, tiefangesetzte, besonders geformte Ohren, nach unten aussfallende, aussen fallende Lidachsen + kleine Augen, Stupsnase, Steckdosennase.*

Wichtig: DIE BETROFFENEN MENSCHEN SIND EIN LEBEN LANG AUF HILFE ANGEWIESEN.

Ich habe einmal gelesen, dass die Babys nach der Geburt einen Entzug mahcen müssen; Wie muss ich mir einen solchen Entzug vorstellen?

Sobald das Kind auf der der Welt ist macht es automatisch einen Entzug, da s nun nicht mehr durch die Nabelschnur mit Alkohol versorgt wird.

Bereits nach wenigen Stunden können Symptome wie Zittern, Hyperreflexe, Opisthotus odrr Krämpfe eintreten.

Man vermeidet die sensorische Stimulation.

Bei Krämpfen versucht man das Baby zu beruhigen und relaxieren.

Nach circa einer Woche hat das Baby dann den Entzug vom Alkohol überstanden.

2.4. Resultat meiner Arbeit und Schlussfolgerung

Die Arbeit nach Zeitplan ist mir nicht sehr gut gelungen. Es gab immer wieder Aufgaben, die etwas länger angedauert haben und sich dadurch auch in die Länge zogen. Schlussendlich habe ich dann die Entscheidung getroffen meinen eigenen Plan zu erstellen und die Aufgaben spontan zu erledigen. Auch wenn dies möglicherweise nicht als die beste Lösung erscheint habe ich meine Arbeiten meiner Meinung nach sehr gut gemeistert und bin mit meiner Leistung sehr zufrieden.

3. Schlusswort (persönliche Reflexion)

Das Thema Alkohol ist sehr vielseitig und interessant. Jeder Mensch macht andere Erfahrungen mit dem Alkohol und hat ein anderes Trinkverhalten.

Durch Werbung im Fernsehen und auf Plakaten wird den Kindern und Jugendlichen aber auch den Erwachsenen ein völlig anderes Bild von Alkohol verschafft.

Das Rauchen gilt schon lange als schädlich und tödlich. Heutzutage sind alle Zigarettenpäckchen mit Etiketten versehen, die auf diese Gefahren hinweisen sollen. Wieso macht man nicht das Selbe mit dem Alkohol? Ich finde es erschütternd wie viele Menschen jährlich an Alkoholismus sterben und wie sehr der Alkohol ihr Leben beeinflusst und es zerstört.

Durch die Arbeit an meinem Ratgeber habe ich vieles dazugelernt. Die darin enthaltenen Informationen werden immer in meinem Hinterkopf gespeichert sein und werden mir in meinem weiteren Leben sicherlich noch ein paar mal behilflich sein.

Ich kann mir gut vorstellen, dass ich eine solche Arbeit wieder einmal machen muss. Ob das nun in der Lehrzeit oder in meinem späteren Berufsleben sein wird spielt dabei keine grosse Rolle. Bei meiner nächsten Arbeit werde ich meinen Zeitplan realistischer aufstellen und diesen dann genau einhalten und mir meine Arbeit gut einteilen, sodass ich gegen das Ende nur noch den letzten Schliff verteilen kann.

Aber nicht nur die Arbeit am Ratgeber sondern auch das Mitverfolgen anderer Schüler bei ihrer Abschlussarbeit fand ich sehr interessant. Obwohl ich anfangs der Arbeit nicht sehr Positiv in das Ganze geblickt habe. Die Arbeit war streng und zwischendurch sicherlich auch ein wenig stressig doch welche Arbeit ist dies schon nicht? Das Gefühl, sein eigenes Produkt in der Hand zu halten und sagen zu können „Das ist mein Werk“ ist ein Supergefühl und erfüllt einen auch mit Stolz. Da jeder Schüler ein anderes Thema gewählt haben, hatten alle völlig unterschiedliche Ziele und Pläne. Für mich war die ganze Arbeit ein super Erlebnis, dass ich allen Schülern, denen die Abschlussarbeit noch bevorsteht gönnen mag.

4. Literaturverzeichnis

<http://de.answers.yahoo.com/question/index?qid=20070404072428AAAImf6>

<http://www.kopfhoch.ch/wissen-durchstoebern/alkohol-und-dein-koerper/detail/artikel/2006/04/12/was-ist-alkohol-und-wie-wirkt-er/>

http://www.api.or.at/sp/texte/001/a_abauk1.htm

<http://www.kenn-dein-limit.info/index.php?id=37>

<http://www.gesundheitsprechstunde.ch/alkoholismus>

<http://www.suchthilfe-magazin.de/alkohol/haeufige-fragen/#c171>

<http://www.alkomat-baden.de/die-haeufigsten-fragen>

<http://translate.google.ch/translate?hl=de&langpair=en%7Cde&u=http://alcoholism.about.com/cs/faq/a/blfaq.htm>

<http://www.infodrog.ch/cf/db/report/print.cfm?full=1&id=462a571d-4271-470d-9af0-245d9e1a3ed0>

<http://www.fuehrerscheinentzug.or.at/alkoholabbau.php>

<http://translate.google.ch/translate?hl=de&langpair=en%7Cde&u=http://psychcentral.com/lib/2006/frequently-asked-questions-about-alcoholism/>

<http://www.suchtpraevention-zh.ch/abhaengig-von/alkohol/>

http://www.bfu.ch/German/strassenverkehr/Documents/promille_de.swf

<http://web4health.info/de/answers/add-alcohol-withdraw.htm>

http://www.sucht-info.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/alkohol_koerper.pdf

<http://www.jugendberatung.ch/infoseiten/alkohol.htm>

http://www.gesund-heilfasten.de/entgiften_entgiftungskur.html

http://www.aim.kssg.ch/home/anmeldung/vorraussetzungen_ablauf.html

<http://www.forum-alkoholiker.de/ftopic20997.html>

http://www.google.ch/search?hl=de&rls=com.microsoft%3Ade-ch%3AIE-SearchBox&rlz=117GGLL_en&biw=1251&bih=708&site=search&tbm=isch&sa=1&q=glas+rotwein&aq=f&aqi=g1&aql=&oq=

Bücher:

Titel des Buches: Harte Drogen / Weiche Drogen

- Alle wichtigen Suchtmittel und wie sie wirken
- Wie Sie Signale für eine Abhängigkeit erkennen
- Hilfreiche Informationen für Eltern, Freunde und Lehrer

Autor des Buches: Prof. Dr. med. Karl-Ludwig Täschener

Titel des Buches:

Kids + Drugs

Verfasser: Goodeyer Paula

Ein praktischer Ratgeber

Freiburg/Br. : Herder, 1999

ISBN / EAN : 978-3-451-26984-4

Titel des Buches:

Voll im Rausch

Verf. Maja von Vogel

Düsseldorf : Patmos, 2007

(Sauerländer reality)

ISBN / EAN : 978-3-7941-7055-5