JOHANNES KEPLER UNIVERSITÄT LINZ

pro mente oö

Kepler Universitäts Klinikum

Neue Drogen, neue Medien, neue Herausforderungen

Was Kinder und Jugendliche heute süchtig macht

Prim. Priv.-Doz. Dr. Kurosch Yazdi-Zorn

Klinik für Psychiatrie mit Schwerpunkt Suchtmedizin

Kepler Universitätsklinikum

Welche Suchtmittel für wen ?

Junge Menschen:

Häufig: Cannabis/Spice, Handy/Internet, Ecstasy, Kokain, Alkohol, Nikotin

Selten: Crystal Meth, Amphetamine, Psilocybin, LSD, Ketamin

Menschen im besten Alter:

Häufig: Alkohol, Beruhigungsmittel, Schmerzmittel, Nikotin

Selten: Cannabis, Kokain

Welche Suchtmittel für wen ?

Frauen:

Nikotin, Beruhigungsmittel, Schmerzmittel, Social Media,

Cannabis, Kokain

Männer:

Alkohol, Cannabis/Spice, Computerspiele, Kokain,

Crystal Meth, Online Pornographie, Opiate (Heroin, …)

Was ist normal und was nicht ?

Normaler Konsum:

Gelegentlicher Konsum zu Genusszwecken ohne Schaden für Betroffenen oder Umgebung.

Schädlicher Gebrauch:

Wenn Konsum, dann übermäßig, wodurch zumindest kurzfristig Probleme entstehen.

Beispiel: Obwohl noch keine Abhängigkeit besteht, verhindert der übermäßige Konsum von soz. Medien oder Online-Spielen die Erledigung von Verpflichtungen (z.B. Lernen für die Schule), verursacht chron. Schlafmangel und schränkt andere Freizeitbeschäftigungen ein.

Suchterkrankung:

Substanz oder Verhaltensweise muss oft angewendet werden, da sonst Entzugserscheinungen drohen.

Beispiele:

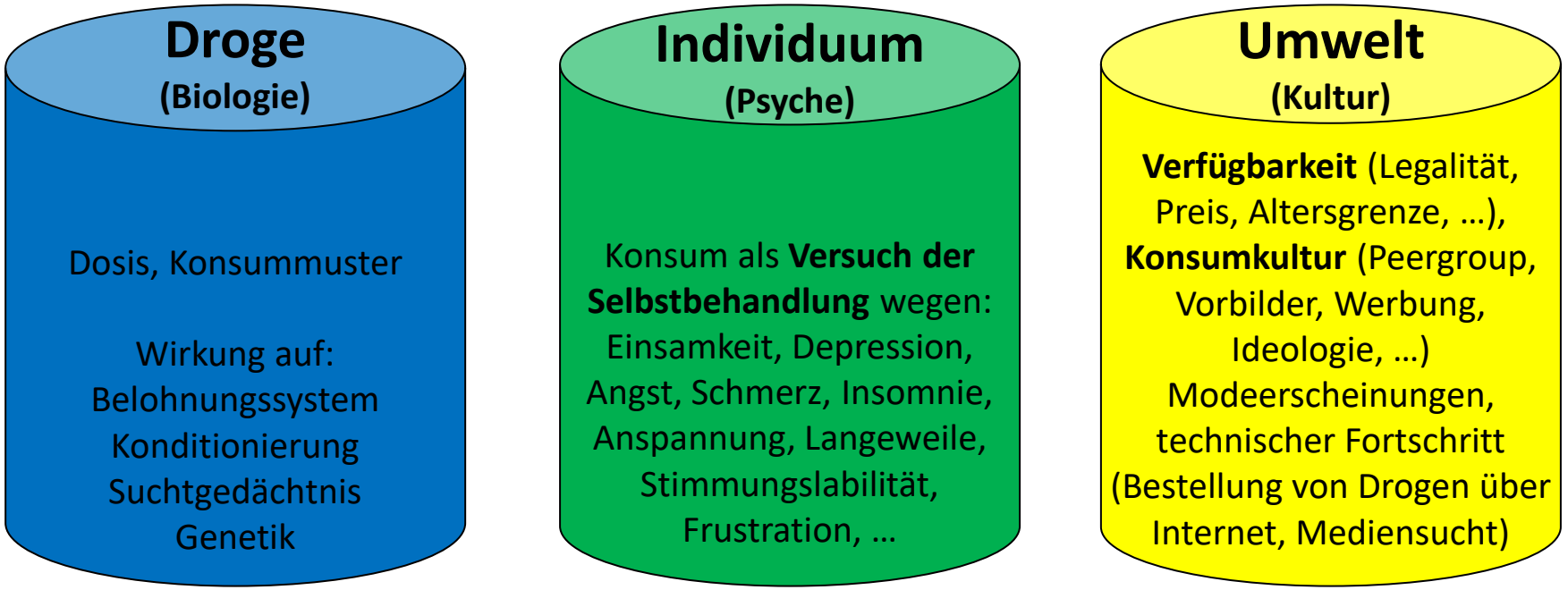
Spiegeltrinker fängt ohne Alkohol an zu zittern und schwitzen, ist unkonzentriert und gereizt.

Junge Menschen mit Internetabhängigkeit können bei Beschränkung des Internetzuganges durch Eltern nicht schlafen, werden zunehmend depressiv und ängstlich oder aggressiv.

Biopsychosoziales Modell der Suchtentwicklung

Auf dem Weg zur Suchterkrankung:

Gebrauch (normaler Konsum?) ⟶ Missbrauch (schädlicher Konsum) ⟶ Abhängigkeit



Glücklich versus zufrieden

Glücksgefühl:

- kurzfristig
- intensiv
- aufregend, euphorisierend
- meist von außen getriggert
- Neurotransmitter: Dopamin
- Auslöser: überraschende Momente
- bei Mangel: Langeweile

Zufriedenheit:

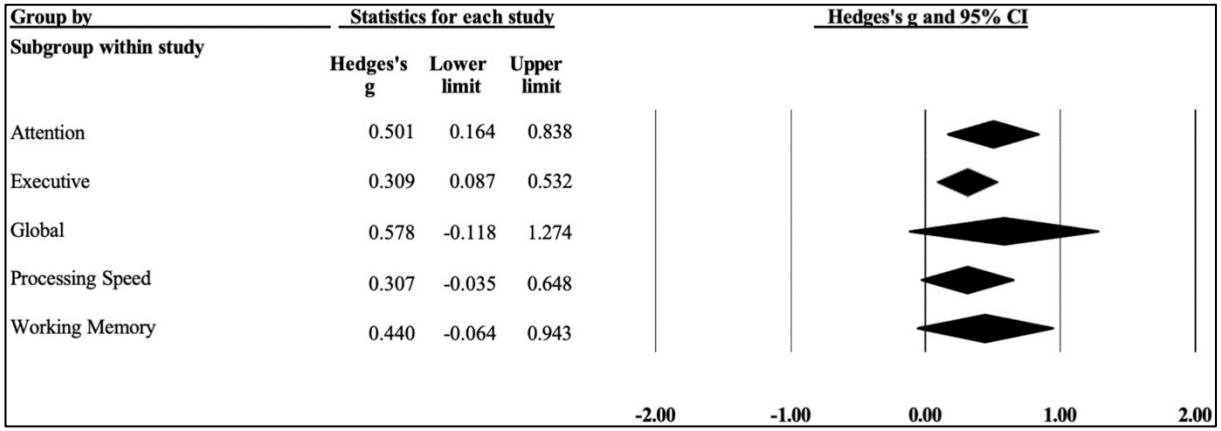
- langfristig, stabil
- diskret
- beruhigend, stabilisierend
- meist von innen erlebt
- Neurotransmitter: Serotonin
- Auslöser: gelungenes Leben
- bei Mangel: Depression/Angst

Wie beeinflusst das Internet unser Gehirn ?

„Brain-Rot“

Exzessive Nutzung (täglich mehrere Stunden) von online Medien in der Freizeit führt zu Verschlechterung geistiger Fähigkeiten:

Metaanalyse (2023): 34 Studien aus 12 Ländern (4 Kontinente), 1300 Internetsüchtige verglichen mit 1600 Gesunden, Alter 11 bis 29 Jahre, Geschlechterverteilung 70/30 (m/w)



Resultat: Exzessiver Freizeitkonsum führt vor allem zur **Abnahme von Aufmerksamkeit und Arbeitsgedächtnis**, aber auch zu Verschlechterung von Exekutivleistung (Handlungsplanung) und Verarbeitungsgeschwindigkeit.

Moshel, M.L. et al. **Neuropsychological Deficits in Disordered Screen Use Behaviours: A Systematic Review and Meta-analysis.** Neuropsychol Rev **34**, 791–822 (2024). https://doi.org/10.1007/s11065-023-09612-4

Kokain

Kokain / Crack:

Wirkung: extrem aufputschend, Glücksgefühl (sorglos, stark, unbesiegbar, enthemmt), rasche Abhängigkeit, bei langfristigem Konsum massive körperliche und psychische Schäden

Verfügbarkeit: Seit ca. 2 Jahren leicht verfügbar und sehr billig

Modeerscheinung: von Promi-Droge zu Jugendkultur

Cannabis

Cannabis/Marihuana/Haschisch - Spice:

Wirkung: meist beruhigend, Glücksgefühl („gechillt“), Abhängigkeit bei sehr häufigem Konsum, kann langfristig psychotisch machen (vor allem Spice) und fördert die Entwicklung einer Schizophrenie

Verfügbarkeit: Seit ca. 10 Jahren zunehmend leichter verfügbar (Spice wird online bestellt)

Modeerscheinung: löst zunehmend die Nikotin-Zigarette ab

Was können wir tun ?

Was können Eltern tun?

1. Einschränkung des Konsums je nach Alter (z.B. Kontrolle durch Apps)
2. Keine Vermeidung von (dadurch entstehenden) Konflikten
3. Begleitung/Interesse/Verständnis („Wohlwollend lästig sein“)

Was kann das Bildungssystem tun?

1. Einschränkung des Konsums (z.B. Handyregeln an Schulen, Zugriff auf Schultablets)
2. Wissensvermittlung zu den psychosozialen Folgen von online oder Drogen-Konsum
3. Kooperation mit Präventionseinrichtungen (z.B. Institut für Suchtprävention)

Was kann der Staat tun:

1. Einschränkung des Konsums (z.B. Gesetzliche Regulierungen für online-Anbieter, Anhebung der Preise auf legale Suchtmittel)
2. Investition in Präventionsmaßnahmen
3. Flächendeckende Beratungs-/Behandlungsangebote (Suchtberatungsstellen)

JOHANNES KEPLER UNIVERSITÄT LINZ

pro mente oö

Kepler Universitäts Klinikum

Danke

Prim. Priv.-Doz. Dr. Kurosch Yazdi-Zorn

Klinik für Psychiatrie mit Schwerpunkt Suchtmedizin

Kepler Universitätsklinikum