

Genuss, genug, zu viel?

Was tun, wenn die Kontrolle
über den Konsum verloren geht?

Wenn aus Genuss Zwang wird

Alkohol
Cannabis
Designerdrogen
Kokain
Medikamente
Anabolika
Opioide
Tabak

Der Konsum von Substanzen hat viele Formen. Ebenso vielfältig ist der Umgang mit Problemen, die dabei auftreten können.

Als Genuss- oder Aufputzmittel, zur Beruhigung und als Einschlafhilfe oder zur Linderung von Schmerzen – der Konsum von Substanzen ist weit verbreitet und prägt in vielen Bereichen unsere Kultur.

Der Übergang hin zu einem problematischen Konsum oder Gebrauch verläuft meist fließend: Schleichend wird immer mehr oder öfter konsumiert und ein Verzicht fällt plötzlich schwer oder ist nicht mehr möglich.

Wie viel ist zu viel?

Bestimmt der Konsum von Substanzen den Alltag und die Gedanken und werden andere Interessen oder soziale Kontakte vernachlässigt, können das Anzeichen für einen problematischen oder abhängigen Konsum sein.

Ab welcher Menge ein problematischer Konsum vorliegt, ist von Person zu Person verschieden. Meist sind mit einem übermässigen Konsum körperliche, psychische und soziale Auswirkungen verbunden.

Wie läuft eine Behandlung ab?

Die Umstände und Bedürfnisse unterscheiden sich von Mensch zu Mensch – und genau darauf stimmen wir unsere Behandlung ab.

Zu Beginn einer Behandlung steht das persönliche Gespräch: In Ruhe besprechen wir mit Ihnen Ihre Situation, klären, welche Veränderungen Sie sich für die Zukunft wünschen und informieren Sie über die Behandlungsmöglichkeiten.

Dabei beziehen wir auch psychische Belastungen, soziale Probleme oder körperliche Erkrankungen mit ein.

Was ist Ihr persönliches Ziel?

Ob Sie den Konsum kontrollieren, reduzieren oder ganz aufgeben möchten – wir unterstützen Sie darin, Ihre persönlichen Ziele zu erreichen.

Welches Behandlungsziel festgelegt wird, hängt von Ihren Wünschen und Bedürfnissen sowie von Ihrer aktuellen Situation ab.

Gemeinsam mit Ihnen entscheiden wir, ob ein reduzierter Konsum angestrebt wird oder ob eine kurz- oder längerfristige Abstinenz das Ziel ist. Diese Ziele können später bei Bedarf neu festgelegt und dem bisherigen Behandlungsverlauf angepasst werden.

Respektvoll und auf Augenhöhe

Auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Gesundheit werden Sie von unseren Therapeut:innen, Ärztinnen und Ärzten fachkundig und respektvoll begleitet.

Wir begegnen Ihnen offen und unvoreingenommen. Wir respektieren die persönlichen Schicksale und Lebensentwürfe und akzeptieren, dass auch der Substanzkonsum dazugehören kann.

arud



Wir sind für Sie da,
unkompliziert
und vertraulich:
058 360 50 00

Arud Zentrum für
Suchtmedizin

Zürich

Schützengasse 31

8001 Zürich

Tel. 058 360 50 00

arud@arud.ch

www.arud.ch