

Fällt es Ihnen schwer, Ihren Alkoholkonsum zu kontrollieren oder einzuschränken? Dann ist professionelle Unterstützung ratsam.

Auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Gesundheit werden Sie von unseren Therapeut:innen und Ärzt:innen fachkundig, offen und respektvoll begleitet. Sie erhalten eine individuelle und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung.

Unser Behandlungsansatz ist zieloffen und nicht primär abstinenzorientiert. Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir die Behandlungsschritte und stehen Ihnen bei der Umsetzung beratend zur Seite.



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

Über die Arud

Wir bieten individuelle Unterstützung bei allen Suchterkrankungen: Bei Problemen mit psychoaktiven Substanzen wie Alkohol, Tabak, Cannabis, Medikamenten, Partydrogen, Kokain, Heroin sowie Anabolika oder bei Verhaltenssuchten, wie der Online- oder Glücksspielsucht.

Alles unter einem Dach: Die Arud bietet eine umfassende Behandlung in den Bereichen Psychiatrie, Psychotherapie, Allgemeine Innere Medizin, Infektiologie und Sozialarbeit an. Zentral beim Hauptbahnhof Zürich gelegen, beschäftigt die Arud rund 150 Mitarbeiter:innen.

Als eine der führenden suchtmmedizinischen Institutionen der Schweiz und FMH- anerkannte Weiterbildungsstätte bildet die Arud angehende Fachärztinnen und Fachärzte aus und schult externe Fachpersonen zum Thema Sucht.

Mit ihrer Arbeit in Forschung und Praxis setzt sich die Arud seit über 30 Jahren für eine pragmatische und wissenschaftlich fundierte Suchtpolitik ein.

Arud Zentrum für Suchtmedizin

Schützengasse 31, 8001 Zürich
Tel. 058 360 50 00
arud@arud.ch

www.arud.ch

Alkohol Angebot für Betroffene

arud Zentrum für
Suchtmedizin

Alkohol hat in unserer Kultur seinen festen Platz. Je nach Trinkverhalten kann er dabei zur Steigerung des Wohlbefindens beitragen oder aber die Lebensqualität einschränken und zu massivem Leiden führen – sowohl für die Betroffenen selbst als auch für ihr soziales Umfeld.

Das Suchtpotenzial von Alkohol ist hoch: Jeder fünfte Erwachsene weist ein risikoreiches Trinkverhalten auf. Bei übermäßigem Konsum gehört Alkohol zu den schädlichsten psychoaktiven Substanzen und kann fast jedes Organ schädigen. Nebst den körperlichen Auswirkungen geht der Alkoholkonsum häufig auch mit psychischen, sozialen oder beruflichen Beeinträchtigungen einher.

Ist mein Konsum problematisch?

Die WHO definiert eine Abhängigkeit anhand von sechs Kriterien, von denen mindestens drei über einen bestimmten Zeitraum zutreffen müssen:

1. Starkes Verlangen
2. Verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf Konsummenge, -beginn oder -ende
3. Körperliche Entzugserscheinungen bei Konsumstopp oder -reduktion
4. Toleranzentwicklung
5. Vernachlässigung anderer Interessen
6. Anhaltender Konsum trotz offensichtlicher negativer Auswirkungen

Was sind die langfristigen Auswirkungen?

Ein massvoller Konsum kann ohne körperliche oder psychische Schäden genossen werden. Übermässiges anhaltendes Trinken oder das sogenannte Binge-Drinking kann aber auf verschiedenste Organe und Körperteile schädigende Auswirkungen haben.

- Belastung der Leber bis hin zu tödlichem Leberversagen
- Blutzucker- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden begünstigt
- Nervenzellen im Gehirn werden geschädigt
- Brust- und Darmkrebs wird begünstigt
- Das Immunsystem wird beeinträchtigt

Angebot

Unsere Ärzt:innen, Psychiater:innen, Psycholog:innen und Sozialarbeiter:innen sind mit einem umfassenden Angebot für Sie da:

Suchtbehandlung

Information, Abklärung, Beratung und Unterstützung bei der Kontrolle oder Reduktion des Konsums oder bei ambulanten Entzügen sowie Nachbetreuung und Rückfallprophylaxe.

Psychiatrie und Psychotherapie

Abklärung der psychischen Gesundheit und Behandlung von psychischen Erkrankungen.

Allgemeine Innere Medizin

Hausärztliche Behandlung und Infektiologie.

Sozialarbeit

Unterstützung bei belastenden Finanz- oder Wohnungsproblemen und bei Schwierigkeiten im Umgang mit Behörden oder Arbeitgebern.

Die Kosten der Behandlung werden von der Krankenkasse übernommen.

Unsere Haltung

Wir distanzieren uns von der Ansicht, dass Sucht selbstverschuldet und der Ausstieg eine reine Willensfrage ist. Eine Abhängigkeit ist mit einer chronischen Krankheit vergleichbar – mit ihren vielschichtigen und komplexen Ursachen erfordert sie oft eine längerfristige Behandlung.

Wir verfolgen dabei keinen erzieherischen Ansatz, sondern akzeptieren die Entscheidungen und Ansichten unserer Patient:innen und begegnen ihnen mit einer unvoreingenommenen und respektvollen Haltung.

Testen Sie Ihr Konsumrisiko mit 10 Fragen auf www.arud.ch/alkoholtest