



Der verdammte Alkohol

Am Saufen ist nichts alternativ und nichts feministisch. Es wird nichts besser, sondern alles nur schlimmer. Saufen ist keine Stärke und kein Tabubruch. Am gesellschaftlichen Trinken gehen heute schon die kaputt, die während der Studentenbewegung angefangen haben zu saufen. Wenn sie Glück haben, haben sie noch ein, zwei Jahre. In fünf Jahren sind dann die Frauen kaputt, die die ersten Zentren aufgebaut haben. Schon jetzt hört man von „Alt“lesben, die durch den Alkohol im Rollstuhl gelandet sind und nur mit Mühe wieder sprechen gelernt haben. In zehn Jahren wäre dann die Anti-AKW-Bewegung dran. Das ist gesellschaftliches Trinken.

„Das ist eine Schande,

keine Krankheit“

Bericht einer Alkoholikerin

Ob ich Alkoholikerin war? Ich bin es noch. Die Krankheit kann man nicht heilen, man kann sie nur zum Stillstand bringen. Man kann sie in den Griff kriegen und ruhen lassen. Es kann mir passieren, daß ich abends, wenn ich nach Hause gehe, irgendwo lande, und es geht wieder los. Damit muß man lernen zu leben. Das erste Glas – das muß ich stehen lassen. Sonst ist der Film da. Ein Alkoholkranker kann nach dem ersten Glas nicht aufhören. Das ist der Kontrollverlust. Der Alkoholiker hört auf, wenn die Flasche leer ist oder wenn er voll ist. Ein anderer trinkt ein Glas oder zwei und sagt: „Nun ist Schluß“, und interessiert sich vier Wochen lang oder länger nicht mehr für Alkohol.

Das Schlimme bei einer chronischen Alkoholikerin wie mir sind die ersten Jahre. Da ist man noch fröhlich und lustig. Der Alkohol nimmt die Hemmungen, und man geht hierhin und dahin, schnell noch einen kippen. Man fällt nicht auf, hat noch keine Schuldgefühle, beruflich auch noch keine Schwierigkeiten – das kommt alles erst später. Mich hat z.B. vor Ende 20 der Alkohol überhaupt nicht interessiert. Wenn wir mal gefeiert haben, habe ich Alkohol nie gerne getrunken. Kognak mochte ich überhaupt nicht, höchstens mal ein Glas Wein. Auch Bier hat mir nicht geschmeckt.

Der Geschmack kam beim gesellschaftlichen Trinken. Das war so mit Ende 20. Es ist zwar idiotisch, aber leider wahr, daß immer und überall Alkohol angeboten wird. Irgendwann habe ich das Trinken dann als entspannend empfunden. Wenn man einen getrunken hatte, sah die Welt wieder schöner aus. Im Laufe der Jahre kamen dann Sorgen und wirkliche Enttäuschungen hinzu, und so ging das langsam immer weiter.

Durch das Trinken kommen ja erst die Probleme. Die wenigsten Alkoholiker sind Problemtrinker.

Bei mir war das, als man anfing, gemixte Sachen zu trinken. Früher hatte man entweder einen Kognak bekommen oder einen Klaren. Nachher wurde das geändert. Dann wurden immer die großen Gläser genommen, es wurde ein Schuß reingemacht und aufgefüllt mit Brause oder mit Coca oder so. Das hat ja dann besser geschmeckt. Das pure Zeug hatte mir nie so geschmeckt, aber gemixt mit Brause oder Coca oder Orangensaft – das hat mir einfach vom Geschmack her besser gefallen. Dann haben sich allmählich die Mengen verschoben. Das unten wurde ein bißchen mehr, und das, was man zum Auffüllen nahm, wurde immer weniger.

Der Körper gewöhnt sich allmählich an größere Mengen. Die Leute haben gesagt: „Na, du verträgst aber einen guten Stiefel.“ Durch diese Scheiß-Mix-Getränke wurde das immer mehr. „Na, trinken wir doch mal 'nen Gemixten. So 'nen kleinen.“ Überall wo man hinkam, war das so. Dann – nachher – zum Schluß – verträgt man plötzlich wieder weniger.

Die Alkoholkrankheit hat man nicht plötzlich. Das ist ein langer Prozeß. 10-12 Jahre braucht man, um chronischer Alkoholiker zu werden. Bei Frauen geht es schneller als bei Männern und bei Jugendlichen schneller als bei älteren. Es gibt ja heute viele Jugendliche, die also noch in der Entwicklung sind, die haben viel schneller einen Knacks weg an der Leber, als wenn ein Vierzigjähriger anfängt, mehr zu trinken. Es kommt auf die Ernährung an. Ich habe mich – zum Glück – bis zum Schluß richtig ernährt. Das heißt, ich habe jeden Tag Quark gegessen, jeden Tag

Milch getrunken, weil ich dachte: der Quark mit den Zwiebeln und die Milch nehmen den Geruch, dann stinkste nicht. Nicht weil ich mir überlegt hätte, daß es mir gut tut. Aber es war für mich ein großes Glück, weil mir durch die vernünftige Ernährung nicht so viel kaputtgegangen ist an Leber und an Hirn. Wenn man mit anderen spricht, hört man, daß jemand wochenlang nicht gegessen hat.

Die meisten Alkoholiker sind Spiegeltrinker

Der Stoffwechsel stellt sich im Körper bei einem Alkoholkranken so auf den Alkohol ein, daß er ohne Alkohol nicht mehr funktioniert. Es gibt die typischen Nebenkrankheiten: die meisten haben eine Phase, in der sie Magenbeschwerden haben. Dann kommt die Bauchspeicheldrüse, die in Mitleidenschaft gezogen wird, die Leber. Wenn man dann schon ein chronischer Alkoholiker ist, dann kommt das alkoholische Rheuma. Das ist nach 10-12 Jahren Trinkzeit einfach da, ebenso die Nervenentzündung. Chronische Alkoholiker haben einen typischen Gang. Die Muskeln atrophieren. Man hat Schmerzen in den Waden und in den Armen, die laufen auch so – typisch für einen Alkoholkranken.

Die meisten Alkoholiker sind Spiegeltrinker: Weil der Stoffwechsel sich an den Alkohol gewöhnt hat, funktioniert im Körper ohne Alkohol nichts mehr. Dann kriegen die also Angstzustände, zittern – dieses typische alkoholische Zittern. Die Männer können sich nicht mehr rasieren, die Frauen können sich nicht mehr die Lippen anmalen. Nach dem ersten Gläschen Alkohol beruhigt sich das wieder. Das Zittern ist weg, der Spiegel ist wieder aufgefüllt. Nach zwei, drei Stunden,

wenn der Alkohol verbraucht ist, geht das wieder los, der Flattermann ist wieder da. Dann geht das Spiel von vorne los. Wieder ein Gläschen: ob man Sekt, Wodka oder Wermut trinkt, das ist egal. Hauptsache Alkohol, und wenn man gar nichts mehr hat, dann nimmt man auch Rasierwasser oder Kölnischwasser. Der Spiegel muß aufgefüllt werden, und dann beruhigt man sich wieder und ist auch in der Lage, etwas zu machen.

Das Schlimme ist für meine Begriffe die letzte Phase, bevor man gezwungen wird, etwas zu unternehmen, weil man ohne Alkohol gar nicht mehr fähig ist, irgendetwas zu machen. Natürlich kriegt man beruflich Ärger und vorher in der Familie, denn kein Mann oder keine Frau hat es gerne, wenn der Partner dauernd im Djumm ist. Der Chef sagt, „So geht das aber nicht weiter“, und man selber sagt, „Die ganze Welt trinkt, warum ich nicht?“ Dann stellen sich Schuldgefühle ein, weil man ja weiß, daß man zu viel trinkt. In dem Moment fängt das heimliche Trinken an, die anderen sollen nicht sehen, wieviel es ist. Also kippt man schnell einen irgendwo an der Ecke. Oder in der Handtasche hat man den Flachmann. Das ist eine grauenvolle Zeit. Und wenn man, also schon bevor man irgendwo hingeht, ein paar gekippt hat, weil man denkt, was du da angeboten kriegst, das reicht nicht mehr, um dich fit zu halten. Das ist schon eine grauenvolle Zeit, wenn es einem so schlecht geht, daß man morgens ohne Alkohol nicht mehr existieren kann. Ich hab da noch Glück gehabt, aber ich kenne es aus vielen Erzählungen: Die Leute sind nicht mehr fähig, einen Handschlag zu machen. Dieses sogenannte Trockenkotzen, das zu dieser Krankheit einfach gehört: die stehen morgens auf, denen ist übel, die erbrechen, zittern, können nicht das erste Glas halten, kippen sich das rein, brechen es wieder

aus, aber ein kleines bißchen bleibt drin. Die üben das so lange, bis sie ihren Spiegel wieder erreicht haben. Das ist ungefähr das Ende, kurz vor dem Delir. Das ist die schlimmste Zeit überhaupt für einen Alkoholiker. Erst in dieser Situation, da kann er von selbst kapitulieren und sagen, nun helf mir mal. Alle Hilfe, die vorher angeboten wird, wird fast immer abgelehnt.

Die Gedanken kreisten unentwegt um die Flasche

Dieses Zugeben „ich bin alkoholkrank“, das ist eine große Sache. Wenn ich es jetzt ausspreche, das ist gar nichts. Damals, ich ich drin war, klappte das nicht so mit dem Zugeben: „Du bist ein Säufer, du trinkst.“ Bei mir war es so, daß ich einfach kaputt war. Ich war so innerlich und körperlich kaputt, daß ich Ruhe haben und raus aus dem Suff wollte. Auch die Arbeit war mir zu viel. Da war ich auch bereit, Hilfe anzunehmen. Ich bin auf Initiative von meinem Chef in die Waldhausklinik gekommen, das ist die Nervenklinik in der Potsdamer Chaussee. Da war ich erstmal froh, daß ich im Bett lag und Ruhe hatte. Nicht diese Angst hatte: morgen früh mußt du wieder arbeiten gehen, wie sollst du das schaffen.

Die Gedanken kreisten unentwegt um die Flasche. Die ersten paar Tage bekam ich Distraneurin. Das ist ein Medikament, das einen ruhigstellt. Das ist praktisch Alkohol in Tablettenform. Man wird ruhiggestellt, damit man nicht die Ausfallerscheinungen hat, das große Zittern, und hauptsächlich, damit man nicht ins Delir rutscht. Denn bei einem Delir verliert man sehr viele Gehirnzellen. Distraneurin kann man nicht lange nehmen. Leider wird es von verschiedenen Ärzten über Monate ambulant verordnet. Für die Leute ist es aber kein Unterschied, ob sie Distraneurin

haben oder die Flasche. Die denken, „na prima, ich bin weg von der Pulle.“ Aber das ist Selbstbetrug. Das ist genau die gleiche Abhängigkeit.

Im Waldkrankenhaus wurde an Therapie nichts geboten. Das war 1971. Man hat dort das Bett gefüllt. Das wurde von der Krankenkasse bezahlt. Nach drei Monaten, so lange dauerte die Aufbewahrung, wurde ich entlassen. Begriffen hatte ich immer noch nichts. Ich dachte, „Na, wenn du rauskommst, kannst du ja gepflegt trinken. Mal ein Bier oder ein Glas Wein in Gesellschaft. Du wirst ja nicht gleich 'ne Pulle Wodka trinken, sondern zwei oder drei Schnäpse.“ Ich hab mir zu dem Zeitpunkt nicht vorstellen können, daß ich mein ganzes Leben lang nie mehr trinken darf.

Schließlich ging alles auf Initiative von meinem Chef weiter, der nachfragte, „was kann man denn mit ihr noch machen, damit sie nicht wieder anfängt.“ Da erst haben die im Waldkrankenhaus gesagt, „Es gibt eine Gruppe vom Diakonischen Werk in Steglitz, die von einer Sozialarbeiterin geleitet wird, die sich um Alkoholiker kümmert, die können wir ja mal anrufen.“ Die Sozialarbeiterin, Frau Rauschenbach, hat sich mit mir unterhalten. Die hat mich gefragt, ob ich weiß, daß das Trinken eine Krankheit ist. Ich hab gesagt: „Nein, wieso? Das ist eine Schande, keine Krankheit.“ „Haben Sie denn schon mal was von den Jellinekschen Phasen gehört? Vom Kontrollverlust?“ Sie gab mir Literatur mit.

Zwei Wochen vor der Entlassung aus dem Krankenhaus bin ich zum ersten Mal in die Gruppe gegangen. Die Gruppe bestand erst ein halbes Jahr. Das waren alles Anfänger und Umfaller. Es waren 8-10 Leute. Die erzählten dauernd von ihren Rückfällen. Der eine war schon dreimal zur Kur, der andere schon fünf-



„Der Geschmack kam beim gesellschaftlichen Trinken.“

Fotos: Ingrid Schulte

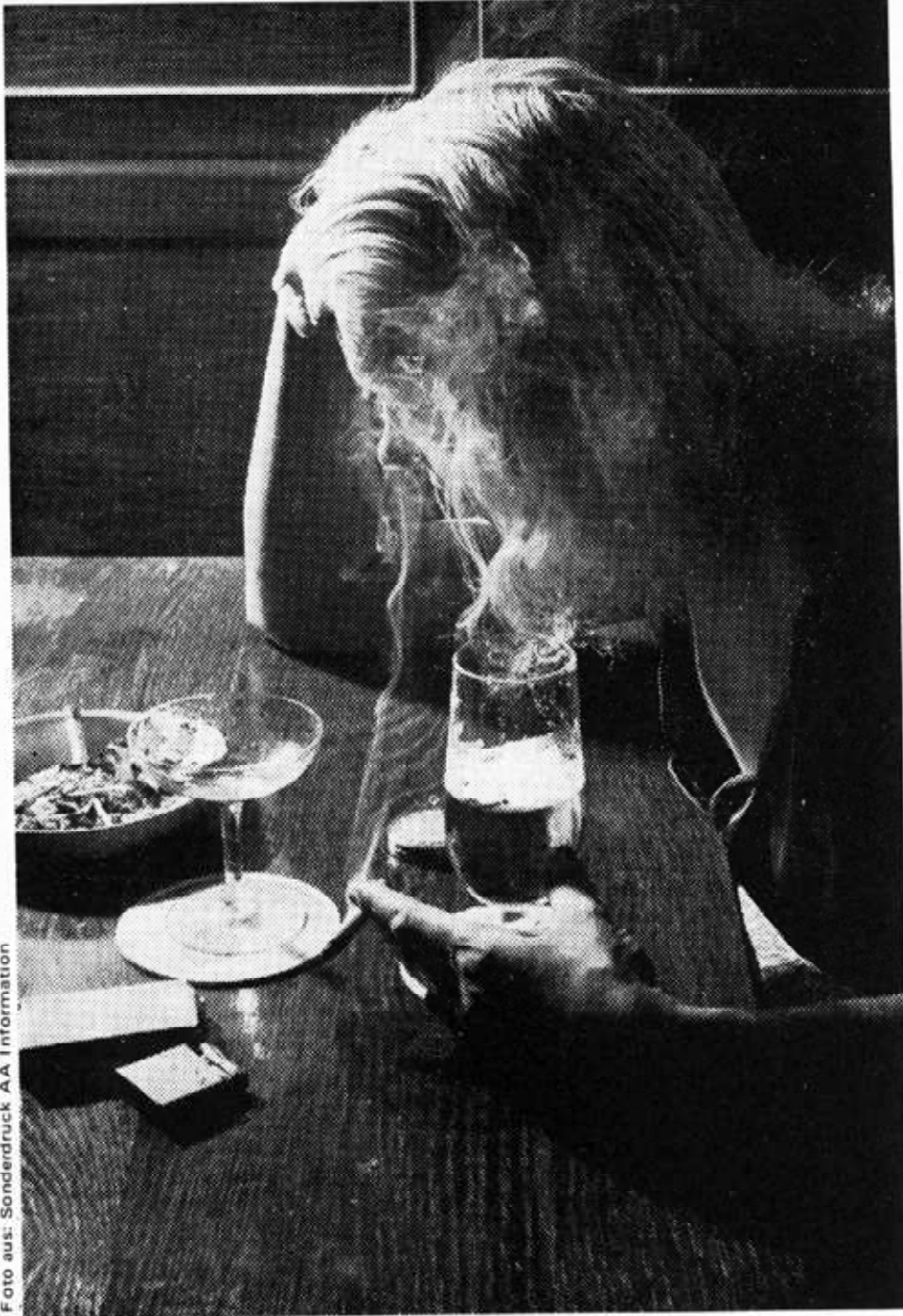


Foto aus: Sonderdruck AA Information

mal. Und immer wieder mal zum Entgifteten kurze Krankenhausaufenthalte, weil sie ein Delir hatten. Da habe ich gedacht, „Wohin bist du denn hier geraten. Was soll aus dir werden.“ Da habe ich mich gefragt, „wieviele Rückfälle muß man denn haben, um geheilt zu werden?“

Ich war unglücklich. Wenn ich aufgehört habe zu arbeiten, habe ich gedacht, „trinkst du, trinkst du nicht.“ So ging das den ganzen Abend. Dann habe ich wieder auf die Uhr geguckt, „jetzt ist es 6 Uhr, also vor 7 Uhr nicht.“ Und dann wieder eine Stunde, „nein, vor 8 Uhr nicht.“ Immer eine Stunde verlängert. So hab ich's geschafft, abends bis um 10 Uhr nichts zu trinken. Dann bin ich schlafen gegangen. Ich war hellwach,

hab mich wieder angezogen und bin spazieren gegangen. In der Zeit bin ich nachts viel spazieren gegangen, ich hatte einfach Schlafstörungen. Am Tag war ich müde und abends, wenn ich ins Bett ging, hellwach. Ich war noch müde, während ich mich hingelegt habe. Hab ich aber gelegen, war ich hellwach. Das war eine schlimme Zeit.

Die Krankheit Alkohol für mich annehmen

Nach ein paar Tagen fing ich dann wieder an, einen kleinen Verträumten zu probieren. Mit dem schlechten Gewissen, das man dann hat. Obwohl Frau Rauschenbach erklärt hatte, daß das eine Krankheit ist, konnte ich das nicht annehmen. Ich hab gedacht, wenn ich

das als Krankheit akzeptiere, mache ich mir das zu leicht. Das ist eine Ausrede, habe ich gedacht. Du wolltest doch ehrlich werden, weder dir noch anderen etwas übers Trinken vormachen, also belüg dich doch nicht selber, indem du sagst, du bist krank.

Wenn man mit dem Alkohol aufhört, hat man eine Unruhe. Das ist auch ein Symptom. Man weiß nichts mit sich anzufangen, weiß nicht, wie man das beherrschen soll. Da habe ich einen Kleinen trinken wollen. Jedenfalls war auf einmal die halbe Flasche leer. Ich weiß nicht, wie es gegangen ist. Diesen Tag habe ich noch ganz stark in Erinnerung. Ich konnte es nicht fassen. Wo ich doch nichts mehr trinken wollte, und nun war wieder die Flasche leer. Da habe ich gedacht, irgendwas muß passieren. Entweder nimmst du dir das Leben, hängst dich auf oder schluckst Tabletten. So kann es nicht weitergehen. Ich wußte ja, morgen und übermorgen steigert sich die Menge. Inzwischen hatte ich aber durch die Gruppe bereits verstanden und es auch annehmen können, daß es eine Krankheit ist. An dem Tag habe ich Bilanz mit mir selber gemacht: du hast keinen umgebracht, du hast keinem geschadet, du hast keinen betrogen, du hast auf dieser Welt bewußt irgendeinem anderen kein Leid zugefügt, im Grunde genommen hast du ja immer nur dich bestraft mit dem Trinken. Von dem Moment an konnte ich mich selber annehmen und konnte auch die Krankheit für mich in Anspruch nehmen. Dann ging es ohne Rückfälle. Das war erstaunlich für die Gruppe. Ich war von da an über lange Jahre die einzige, die ohne Rückfälle über die Runden gekommen ist. Leute, die in der Therapie eine Menge mitbekommen, die schaffen es heute auch nach der Kur, längere Zeit ohne Rückfälle zurechtzukommen. Damals war ich die einzige, die erste, die das geschafft hat. Als ich bereit war, das selber als Krankheit anzusehen, von dem Moment an, hat's geklappt.

Als es mir noch so sehr schlecht ging in der Gruppe, da hatte ich den Wunsch: wenn doch einer hier wäre, der sagen könnte, ich bin ein Jahr trocken. Oder ein halbes Jahr. Überhaupt einer, der sagen könnte, ich bin trocken. Da war aber niemand, es waren nur Umfaller da. Damals dachte ich, sollte es dir je gelingen, trocken zu bleiben, dann wirst du weiter in die Gruppe gehen, um vielleicht einem anderen zu helfen. Einfach, weil ich es so stark entbehrt habe, daß eine Stütze da war, mit der man mal reden konnte. Heute ist es auch so, daß einige zu mir kommen und sagen, „Sie waren für mich eine Stütze, ein Vorbild.“ Ich dachte, was die geschafft hat, das kann ich auch. Wenn ich also sagen kann,

ich bin seit 71 trocken, kann ich einem anderen damit helfen. Das finde ich gut.

Wenn einer einen Rückfall hat, ist es meistens so, daß einer in der Gruppe anruft und sagt, die Frau oder der Mann hat einen Rückfall, können Sie sich nicht mal drum kümmern. Oder sie hat selber angerufen. Jeder Rückfall ist bei jedem anders. Meine Freundin hat noch aus ihrer Ehe unheimlich viele Schulden. Sie zahlt heute noch davon ab, obwohl der Mann viele Jahre tot ist. Meistens ist es bei ihr zu einem Rückfall gekommen, wenn sie von irgendwo wieder so einen Hammer kriegt: 3.000 oder 5.000 DM vom Finanzamt. Da hat sie gesagt, wie soll ich das wieder schaffen, und mußte dann erst mal einen nehmen. Sie ist heute so weit, daß sie schnell wieder aus ihren Rückfällen rauskommt. Wenn sie die Pulle oder die zwei Pullen intus hat, dann sagt sie, „nun helft mir mal, ich will ja wieder raus.“ Dann muß sie sich eben wieder rauszittern.

Alkohol. Ich kann weder Kopfschmerztabletten noch Schlaftabletten nehmen.

Suchtstruktur – Alkohol und Tabletten wirken gleich

Da rutsch ich wieder rein. Wenn ich Kopfschmerzen habe, dann muß ich sie aushalten. Ich hab mir das nie vorstellen können. Ich habe in meiner Anfangszeit eine Frau kennengelernt, die hatte beides, Tabletten und Alkohol. Die war mit einem Schuldirektor verheiratet. Die hat mir erzählt: „Meinem Ollen, dem habe ich immer was vorgemacht. Der hat immer an mir gerochen. Aber ich hatte ja immer an dem Leisten oben auf der Tür meine kleinen Pillen hingelegt. Und wenn ich von einem Zimmer ins andere gegangen bin, dann habe ich schnell mal hochgegriffen und meine Pille geschluckt, und alles war gebont.“ Da habe ich gesagt, „Frau Schulz, wie können Sie denn“. „Die Pillen“, sagt sie, „ist doch genauso, ist man auch high, ich hatte immer gute Laune.“

Von diesen beiden Pillen – ich war richtig voll. Nun mußte ich doch aber zur Post gehen, weil ich Geld abholen wollte. Der Scheck, der war schon ausgeschrieben. Und da sehe ich mich noch auf die Post gehen und die 2.000 abheben und das Geld nehmen und in die Tasche stecken. Nach Hause bin ich halb geschwebt, halb gelaufen. Ich empfand das als widerlich, weil ich so unkontrolliert war. Und dann bin ich nach Hause gekommen, habe das Geld irgendwohin gepackt, mich ausgezogen, hab mich ins Bett gelegt und hab geschlafen. Ich empfand den Tablettenrausch nicht als schön. Nach 2-3 Stunden bin ich aufgewacht und mir war immer noch schlecht. Dann habe ich was gegessen und bin wieder schlafen gegangen. Am nächsten Tag war's wieder gut. Ich wollte damit sagen, daß wenn der Körper die Suchtstruktur hat, wirken die Tabletten genauso wie der Alkohol. Bei uns sind auch in der Gruppe ein paar Umsteiger, die entweder von Alkohol auf Tabletten oder von Tabletten auf Alkohol umsteigen. Ich glaube, Tabletten machen noch größere Schäden. Mit der Leber, mit dem Hirn. Der Entzug ist noch unangenehmer als beim Alkohol und dauert viel länger.

Alkohol und Tabletten haben jedenfalls dieselben Folgen. Z.B. auch das Delirium. Ein Delir ist eine veränderte Bewußtseinslage. D.h. das Gehirn reagiert anders. Bei jedem Delir gehen unheimlich viele graue Zellen kaputt. Und wenn Sie ein paarmal ein Delir gehabt haben, dann haben Sie einen Korsakoff. Dann sind Sie in einer Landesnervenklinik, auf Bonnies Ranch, in der geschlossenen Abteilung, lebenslang. Nicht weil Sie gefährlich sind, sondern weil Sie sich verlaufen und nicht wissen, wer Sie sind. Korsakoff ist das Endstadium für Alkoholiker. Im Delir sieht man entweder die berühmten Mäuse oder hat Hörschalluzinationen. Meistens sieht man keine Mäuse, sondern die Leute, die ich gesprochen habe, die haben Würmer gesehen, Krabbeltiere. Ich kenne auch eine Frau, die hat Elefanten gesehen. Die hat sich in einer Kammer gesehen, in einem ganz kleinen Raum war die, und nun kamen laufend Elefanten rein. Das hat die umgebracht. Die meisten, die ich gesprochen habe, haben aber auf der Bettdecke Würmer gesehen – darum sind Alkoholiker im Delirium ja auch so unruhig und schmeißen alles weg.

In der AA (Anonyme Alkoholiker) habe ich einen Mann kennengelernt, der hatte das mit dem Hören. Der war in der Wohnung und hörte plötzlich Radio. Er hat seine Apparate abgestellt und hörte immer weiter diese laute Musik. Dann hat er gesagt, das müssen die Nachbarn sein. Die Nachbarn – das war spät abends, die haben

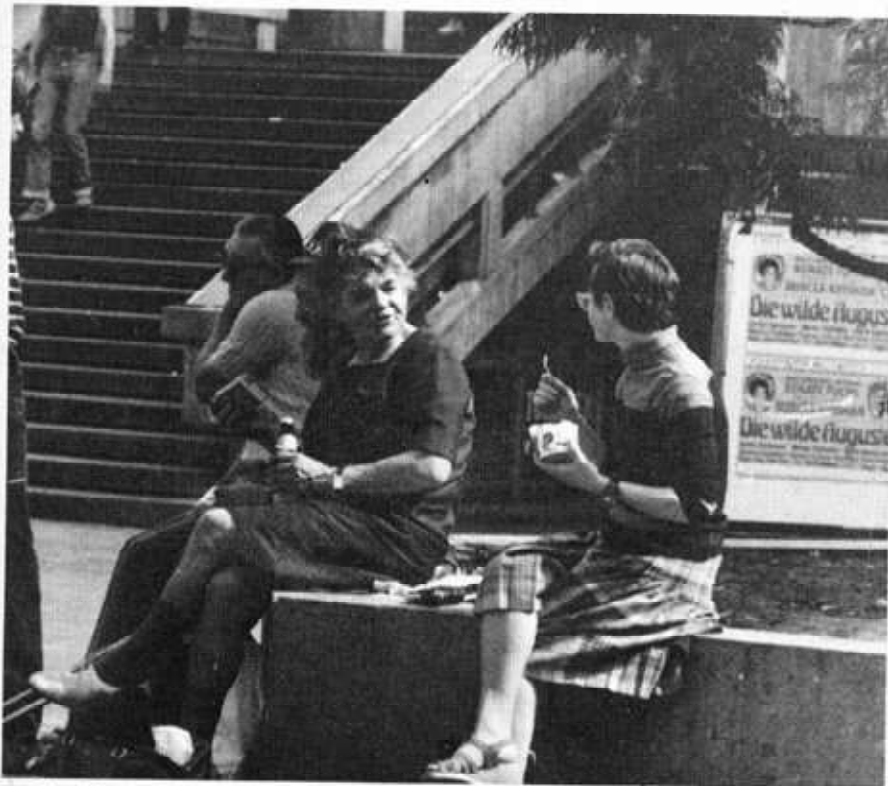


Foto: Rosie Havemann

„Die Alkoholkrankheit hat man nicht plötzlich. Das ist ein langer Prozeß, 10-12 Jahre braucht man...“

Das ist ja das Tragische daran. Wenn man wieder neu anfängt und trinkt, fängt man nicht an wie ein Anfänger, sondern wenn man vorher eine Pulle getrunken hat, braucht man hinterher wieder dieselbe Menge, und dann fängt gleich wieder das Zittern an und der Zwang zum Weitertrinken, daß die Flasche, die dasteht, bis zu Ende getrunken werden muß.

Über Tabletten muß man in dem Zusammenhang einfach auch sprechen. Wer eine Suchtstruktur in sich hat, bei dem wirkt jede Tablette genauso wie

Und dadurch – ich wußte zwar noch nicht, wie das funktioniert – hatte ich immer Angst und dachte, um Gottes Willen keine Pillen. Als ich meine Augenkrankheit hatte, da hab ich auch nie was genommen. Aber dann war ich mal einen Tag so verzweifelt und dachte, wie sollst du das nur aushalten. Ich kam aus der Klinik und wollte noch zur Post gehen. Da habe ich einfach gedacht, heute ist dir alles egal. Und da hab ich zwei Schmerztabletten genommen, und nach 20 Minuten war es auf einmal, als wenn ich volltrunken bin.

Viele Alkoholikerinnen hören auf zu rauchen, weil sie nicht wissen, daß Taubheitsgefühle in den Beinen nicht nur auf Raucherbeine schließen lassen, sondern auf Vitaminmangel beruhen, der durch Alkohol entsteht.

Alkohol wird – wie etwa Fett – durch Enzyme in der Leber abgebaut. Er wird zerlegt in die Bestandteile Wasserstoff und Azetaldehyd. Das giftige Azetaldehyd wird weiter zerlegt in Wasserstoff und Wasser. Der Wasserstoff bewirkt, daß sich Fett in der Leber ablagert, so daß sich diese vergrößert und / oder verhärtet. In einem späteren Stadium des Alkoholismus kann sie sogar schwinden (Leberzirrhose). Wenn die Leber nicht mehr vollständig funktioniert, kann das giftige Azetaldehyd nicht mehr abgebaut werden. Es vergiftet dann die Leber, Magen und Darm, den Herzmuskel, das Gehirn. Ein Vollrausch kostet jeden (nicht nur die Alkoholkranken) 10 Millionen Gehirnzellen, die sich nicht mehr erneuern.

Der Körper schafft sich zusätzliche Enzyme, um mit der Menge des Alkohols fertig zu werden. Diese bleiben auch dann erhalten, wenn man eine zeitlang nicht trinkt, und verarbeiten den Alkohol wieder, wenn man nach langer Zeit wieder beginnt zu trinken. So ist es erklärlich, daß man nach Phasen des Nichttrinkens wieder so viel trinkt wie vorher.

Vor Medikamenten gegen Alkohol muß in jedem Fall gewarnt werden: Distraneurin, das ambulant gegeben wird und die Entzugserscheinungen mildern soll, ist nichts anderes als Alkohol in Tablettenform. Wer Distra nimmt, bleibt alkoholkrank und wird zusätzlich noch tablettensüchtig (Spiegel 36/77). Antabus soll Widerwillen gegen Alkohol erzeugen. Versuche haben jedoch ergeben, daß Antabus bei Ratten Geschwülste hervorruft, also krebs-erzeugend ist. Außerdem wird Antabus häufig durchsoffen, d.h. gegen das Medikament wird so lange ange-trunken, bis die Wirkung nicht mehr zu spüren ist.

schon geschlafen – haben sich nun aufgeregt, daß er geklingelt hat, und haben gesagt, „bei uns ist kein Radio“. Dann ist er runtergegangen in die Kneipe. Im Haus war eine Kneipe. Also er da rein. Den Wirt kannte er natürlich, ist ja klar. Und hat gesagt, „hör mal, Otto, überall ist so laute Musik, bei Dir ist auch so laute Musik, mach doch mal deine Musikbox aus.“ Da war nirgends Musik. Weder beim Wirt, noch bei den Nachbarn – der hatte einfach diese Geräuschkulisse in den

Ohren. Dann haben sie ihn zu Bonnie gebracht.

Wenn einer also erst ein Delirium gehabt hat oder zwei, dann ist das alles noch zu regulieren. Wenn er aber schon ein paar hinter sich hat, dann sind die Schäden größer. Die Gehirnzellen, die kaputt sind, wachsen nicht nach. Ich kenne Leute, die haben wirklich schon einen Korsakoff, denen fehlt das Jetzt-Gedächtnis. Und die erzählen immer von früher, was früher alles war. Bloß, was gestern und heute war, das wissen

Programme. Vielleicht eine Freistunde zwischendurch. Jeden Tag. Da geht morgens der Sport los von 7-8, von 8-10 Gruppe, von 10-12 Beschäftigungstherapie, von 12-1 oder 2 Essen, von 2-3 Spazierengehen, von 3-5 Gruppe und von 5-6 Beschäftigungstherapie. Die haben den ganzen Tag ein volles Programm. In diesen drei Monaten müssen die doch lernen, sich selber anzunehmen. Ich hab das ja auch nicht von heute auf morgen begriffen. Hat auch ein paar Wochen gedauert.



Foto: Visum / Andre Geipke

sie nicht mehr. Da ist ein Pärchen, die habe ich ein paarmal in der Gruppe bei den AA's erlebt, die erzählen dann jedes Mal dasselbe. Und die anderen wissen das und lassen die dann ein paar Minuten sprechen.

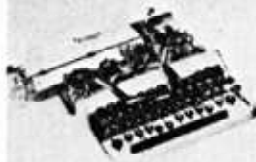
Therapie in Heimen für mindestens drei Monate

Anerkannt als Krankheit ist der Alkoholismus ja. Die BfA bezahlt für westdeutsche Heime für ein halbes Jahr. Sie steht auf dem Standpunkt, Halbjahrestherapien seien besser, die Rückfallquote sei nicht so hoch. Meiner Meinung nach hängt das nicht von der Zeit ab, sondern von der Therapie als solcher. Viele Therapien kommen mit drei Monaten aus. Drei Monate braucht man aber, um alles zu verarbeiten, um sich körperlich zu erholen und um alles zu lernen. Es ist ja nicht so, daß die da in der Sonne sitzen. Die haben von morgens um sieben bis abends um 6 ein

Beim Entzug hat man vor allem Durst. Auf der Therapiestation haben die einen Raum, der steht von unten bis oben voll mit Selter, das ist schlimmer als in der Kneipe. Jeder Patient trinkt am Tage ein paar von diesen blöden Pullen, von dem blöden Wasser, literweise. Das verliert sich nachher wieder, aber im ersten Jahr ist es schlimm – ganz schön erschreckend. Eine Frau aus unserer Gruppe ist ganz schwer drangewesen. Sie konnte nicht mehr alleine laufen, weil die Nerven so kaputt waren. Sie konnte auch nicht mehr alleine essen, weil sie keinen Löffel mehr halten konnte. Die war so weit, daß sie sie hospitalisieren wollten, und man hat überlegt, ob man überhaupt die Kur mit ihr machen soll, da war schon zu viel kaputt. Bei ihr war die ganze Motorik gestört, aber nicht endgültig kaputt. Sie war in dem Theodor-Wenzel-Krankenhaus. Sie mußte gefüttert werden, sie mußte gewaschen werden, sie konnte

PIERA OPPEZZO

MINUTE UM MINUTE ERZÄHLUNG



FRAUENOFFENSIVE

VON FRAUEN GEBOREN Mutterschaft als Erfahrung und Institution von Adrienne Rich

Es ist das erste feministische Buch über Mutterschaft, Sachbuch und Autobiographie zugleich. Die Autorin, eine bekannte Lyrikerin und selbst Mutter von drei Söhnen, unterscheidet zwei Bedeutungen von Mutterschaft: Die potentielle Beziehung jeder Frau zu ihren Kindern und Reproduktionskräften, und die Institution, die darauf abzielt, dieses Potential – somit alle Frauen – im Bereich männlicher Kontrolle zu belassen. Es ist die Institution, die Mutterschaft zur Zwangsarbeit macht. Die eigenen Erfahrungen und persönliche Betroffenheit immer gegenwärtig, untersucht sie vorgeschichtliche und geschichtliche Dimensionen der Mutterschaft und geht u. a. auf die heute für viele Feministinnen problematisch gewordene Mutter-Sohn-Beziehung ein, sowie die zwischen Mutter und Tochter als Ausgangspunkt einer neuen Identität der Frauen. 288 S. DM 21. –

Elizabeth Riley



Materialien zur Unterstützung von Aktionsgruppen gegen Klitorisbeschneidung Hrsg.: I. Braun / T. Levin / A. Schwarzbauer

Klitorisbeschneidung, die Vermummung der weiblichen Geschlechtsorgane an Frauen und Mädchen in Afrika und im Vorderen Orient. Neben einer Sammlung verschiedener Berichte und Stellungnahmen unterbreiten die Herausgeberinnen

MINUTE UM MINUTE Erzählung von Piera Oppezzo

Zentrales Thema ist die Unterdrückungssituation einer berufstätigen Frau: Im Bewußtsein ihrer täglichen Selbstverschwendung entlarvt sie die Arbeit als Pflicht, Zwang, Scheinentität. Der Alltag: Tage zerlegt in Stunden endlos wiederholter Gesten, Ereignisse, Bewegungen, Worte, Schweigen, „unterbrochen“ von tröstlichen Tassen Kaffee, genüßlich gerauchten Zigaretten. Der Entschluß zur letztendlichen Verweigerung dieser Arbeitssituation wird nicht als ideologische Lösung begriffen, sondern als „eine richtige Ausgangsposition“, um einen neuen Anlauf zu nehmen. 107 S. DM 9.50

Adrienne Rich

Von Frauen geboren

Mutterschaft
als Erfahrung
und Institution

Frauenoffensive

ALL DIESE FALSCHER MORAL von Elizabeth Riley

Dieser Roman schildert den Lebensweg der Australierin Maureen, ihre Bemühungen um ein identisches Leben, für sie ein Leben mit Frauen. „Lieber schwanger als lesbisch, das wäre zumindest ein ehrenhafter Skandal“, ist die Einstellung der Mutter, als sie von der Liebesbeziehung ihrer Tochter zu Julia erfährt. Mütterliche Erpressung, Ächtung seitens der Umwelt und eigene Schuldgefühle führen schließlich zum Abbruch dieser Beziehung. Weitere Versuche, gegen die gesellschaftlichen Normen zu leben, zerbrechen an den schmerzlichen Erfahrungen. Ihre Bemühungen um Anpassung an das herrschende heterosexuelle Moralklischee, die in Frustration und Verweigerung enden, bestärken schließlich Maureens Entschluß, diese falsche Moral zu durchbrechen. ca. 240 S. ca. DM 17. –

Herbst 1979

Vorschläge zur Bildung von Solidaritätsgruppen, um die Afrikanerinnen in ihrem Bemühen dagegen zu unterstützen. Jeder, der diese Problematik ein ernstes Anliegen ist, bietet das in der Broschüre zusammengetragene Material, das sich um eine sachliche Darstellung bemüht, Einblick und zeigt der breiten Öffentlichkeit erstmals die Hintergründigkeit der Problemstellung auf. ca. 80 S. ca. DM 6.50

Frauenoffensive

Kellerstr.39 8 München 80

te gar nichts mehr. Und da stand man vor der Frage, nehmen wir sie auf die andere Station, oder schieben wir sie auf die Hospitalstation zu den chronisch Kranken. Dann wäre ihre Wohnung aufgelöst worden – sie ist alleinstehend, dann wäre sie also bis an ihr Lebensende da zur Aufbewahrung gewesen. Schließlich haben die Ärzte beschlossen, man muß wenigstens einen Versuch machen, und haben sie zu den Alkoholikern auf die Station gegeben. Sie hat sich soweit erholt, daß sie gelernt hat, selber zu essen, und sie hat dann die Therapie gemacht, hat alles mitgemacht und wurde wieder selbständig. Sie hatte große Beschwerden mit den Händen, ihre Knie waren steif, sie hatte einen ganz komischen Gang, vor der Therapie. Man hat ihr empfohlen, sich möglichst viel zu bewegen. Und die strickt heute wie ein Weltmeister – Pullover, Jacken und Westen, Röcke und Kostüme. Und neulich hat sie mir freudestrahlend erzählt, daß das Neueste ist – sie ist jetzt wieder 1 1/2 Jahre raus – daß sie anfängt, mit der Nähnaedel Stickarbeit zu machen. Wenn man davon ausgeht, daß sie sich nicht waschen konnte, nicht selber essen, ist das ein unheimlicher Fortschritt.

Ich würde Gruppenarbeit nach dem Ende der Therapie auf jeden Fall empfehlen. Da sind die täglichen kleinen Ängste, die man so hat, z.B. beim Einkaufen gehen, oder das Problem, wenn die Firma 50-jähriges Jubiläum hat, was mache ich da? Oder in der Familie in Westdeutschland ist Hochzeit, was mache ich da? Die wissen doch nicht, daß ich getrunken habe. Und in solchen Sachen kann man in der Gruppe mit Tips den anderen weiterhelfen. Wenn einer nur trocken geworden ist und nicht an sich arbeitet, der ist ja noch nicht nüchtern. Denn erstmal kommt die Trockenheit und dann die Nüchternheit. Das Trockensein ist ja nur erstmal auf das Glas verzichten. Aber nachher, sagen wir mal, die Welt wieder neu mit anderen Augen zu sehen, das ist die Nüchternheit. E.

Zum Weiterlesen:

Rüdiger Teßmann, *Die Süchtigen unter uns*, Nicolaische Verlagsbuchhandlung, Berlin.

Marijke Mantek, *Frauen-Alkoholismus*, Ernst Reinhardt Verlag, München.

Doris Butte, Linda Leopold, *Alkoholismus bei Frauen*, Dipl.-Arbeit an der PH Berlin, Oktober 1977. Kopien erhältlich in Frauenbuchläden. (12,70 DM).

Alkoholmißbrauch bei Frauen, in: *Partner 4/78*, (2,- DM). Diakonisches Werk, Gebrüder-Grimm-Platz 4, 35 Kassel.

AA-Informationen. *Monatszeitschrift für Alkoholiker und Angehörige*, Oskar Schnitzer Verlag, Jahnstr. 7, 8952 Marktobderdorf/Allgäu.

Bericht über Alkoholmißbrauch in Berlin, Drucksache 7/1247 des Berliner Abgeordnetenhauses, 15.5.1978, Passauerstr. 4, 1000 Berlin 30.