



Vollwertige Ernährung in der Caritas Klinik Schloß Falkenhof

Die Caritas Klinik Schloß Falkenhof behandelt als Fachklinik für Abhängigkeitserkrankungen Männer mit Alkoholabhängigkeit, Tabletten und Mehrfachabhängigkeit und Patienten, bei denen eine Abhängigkeit von illegalen Suchtmitteln im Vordergrund steht. Neben der Suchtbehandlung bieten Mitarbeitende unterschiedlichster Berufsgruppen auch lebenspraktisch orientierte Angebote mit dem Ziel der Vernetzung oder Verbesserung der Alltagsbewältigung und der Handlungskompetenz. So auch Ernährungsberaterin Monika Mohr, die im folgenden Beitrag über ihre Arbeit berichtet.



In der Caritas Klinik Schloß Falkenhof nimmt jeder neue Patient am Gesundheitstraining „Vollwertige Ernährung“ teil. Während der 90 Minuten erfahren die Teilnehmer allerlei über die zehn Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zur gesunden Ernährung anhand des Ernährungskreises und wie sie die neuen Erkenntnisse wäh-

rend ihres Aufenthalts am Falkenhof mit dem vielfältigen Angebot anwenden können. Das ist kein Vortrag im eigentlichen Sinn, sondern oft sehr lebendig durch die Fragen und Beiträge der Teilnehmer, die häufig sehr daran interessiert sind, ihre Ernährung und damit ihre Gesundheit zu verbessern. Dazu gehört zum Beispiel vielseitig essen – aber nicht zu viel, fünfmal am Tag eine Obst- oder Gemüseportion, langsam und genussvoll essen und auf das Gewicht und ausreichende Bewegung achten oder mit Zucker und Salz sehr sparsam und bewusst um zu gehen.

Damit diese Regeln bzw. Anregungen umgesetzt werden können, haben wir sie in den Speiseplan integriert. Zusätzlich zu den regulären Mahlzeiten können sich unsere Patienten täglich am Obstkorb in der Cafeteria bedienen. Während der heißen Sommermonate gibt es nachmittags zur Erfrischung gekühlte Wassermelone.

Halten sich die Patienten an die Anregungen des Gesundheitstrainings können sie sicher sein, dass sie qualitativ und ernährungsphysiologisch gesund essen.

Mittwochs wurde vor einigen Jahren der Veggie-Tag eingeführt; anfangs mit Skepsis beäugt, mittlerweile voll akzeptiert und oft verwundert als „doch“ wohlschmeckend benannt.

Neben dem Gesundheitstraining nehmen die Patienten, je nach Bedarf, an weiteren Maßnahmen teil.

Für Diabetiker findet im 14-tägigen Rhythmus die Diabetiker-Schulung statt. Meist in kleinen Gruppen und so lange wie nötig. Der Grundsatz „Jeder Patient wird dort abgeholt wo er gerade steht“ findet in diesem Kurs besonders seine Anwendung. Reicht die Gruppenschulung nicht aus oder gestaltet sich diese zu schwierig, werden ergänzend Einzelgespräche angeboten.

Weitere Einzelgespräche werden u.a. wegen Fettstoffwechselstörungen, Leberzirrhose, erhöhter Harnsäure oder Unter- oder Übergewicht angeboten. Für Übergewichtige, die abnehmen wollen oder sollen, gibt es das Gesundheitstraining: „Essen Sie sich fit, gesund und schlank“. Darüber hinaus können einige Patienten je nach Indikation am Low Carb Programm teilnehmen. Dieses ist sehr erfolgreich, allerdings mit einem hohen Maß an Disziplin verbunden.

All diese Angebote werden reichlich genutzt; nicht nur von den Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, sondern auch von vielen Interessierten, die durch die Erfolge der anderen Patienten animiert wurden. Die unterschiedlichen Charaktere und Krankheiten der Patienten machen meine Arbeit sehr abwechslungsreich, herausfordernd und interessant. Besonders schön sind die Momente für die Patienten und für mich beim Abschlussgespräch, wenn die Anfangslaborwerte mit den Schlusswerten verglichen werden, die meistens wesentlich besser ausfallen.



Wegbegleitung für einen gesunden Alltag



Das Beratungs- und Behandlungsteam des Suchthilfezentrums in Darmstadt

Unsere ambulante Suchthilfe bietet verschiedene Hilfeleistungen an. Hier stellt sich das Suchthilfezentrum Darmstadt vor.

Rund 800 suchtgefährdete und abhängige Menschen und deren Angehörige haben im Jahr 2016 die Unterstützung des Darmstädter Suchthilfezentrums in Anspruch genommen. Überwiegend war es der hohe Konsum von Alkohol, der diesen Schritt erforderlich machte, aber auch Abhängige von Medikamenten, Tabak, illegalen Substanzen oder Glücksspiel holten sich Hilfe, weil sie mit den Problemen, die die Sucht mit sich brachte, nicht mehr alleine zurecht kamen.

Ende 2016 ist das Suchthilfezentrum in die Wilhelm-Glässing-Straße 15-17 umgezogen. Im dortigen Caritaszentrum St. Ludwig sind die 14 Caritasmitarbeitenden der Suchthilfe im zweiten Stockwerk anzutreffen. Sie informieren und beraten die Ratsuchenden und begleiten diese auf ihrem Weg in ein abstinentes oder Suchtmittel reduziertes Leben.

Der Übergang von der Gewohnheit zur Sucht ist oft schleichend. Dabei verursachen die legalen Drogen, Alkohol und Nikotin, nach wie vor die meisten Probleme. Diese werden noch verschlimmert, wenn Menschen mehrere Suchtmittel

kombinieren. So sind zum Beispiel Medikamente und Alkohol und/oder Drogen und Glücksspiel immer häufiger gleichzeitig ein Problem.

Durch das ambulante Behandlungsangebot des Suchthilfezentrums können Betroffene tagsüber weiter ihrer Arbeit nachgehen. In Einzelgesprächen, Therapie-Gruppen und Indikationsangeboten wie zum Beispiel Rückfallprophylaxe oder Stressbewältigung erhalten sie neuen Halt und Selbstvertrauen. Bis zu eineinhalb Jahre wird dieses Hilfeangebot vom Kostenträger finanziert. Der Bedarf nach ambulanter Reha ist in den letzten Jahren stark angestiegen.

Andrea Wiechert leitet seit 2008 das Darmstädter Suchthilfezentrum. Viele Erfolgsgeschichten hat sie in den Jahren miterlebt. Aber der Weg zur Abstinenz ist auch oftmals anstrengend und fordert Geduld und Zutrauen. Sie und ihr Team behalten stets die Entwicklungen im Blick und reagieren mit entsprechenden Angeboten. „Durch neue Angebote versuchen wir die Menschen früher zu erreichen“, berichtet die Diplom-Sozialpädagogin. „Das Selbstkontrolltraining SKOLL, welches wir seit 2015 anbieten, ist ein Beispiel dafür. Es geht dabei um einen verantwortungsbewussten Umgang bei riskantem Konsumverhalten. Der Suchtmittelkonsum soll durch das Training transparenter, nachvollziehbarer und kontrollierbarer werden.“ Die Wirksamkeit des Trainings ist auch für die Krankenkassen belegt, daher wird es bezuschusst.

Auch das Lotsennetzwerk Rhein-Main, welches mit vielen Kooperationspartnern aufgebaut wird, setzt auf die frühe Hilfe. „Lotsen begleiten Betroffene ehrenamtlich und unterstützen sie auf ihrem Weg in weiterführende Angebote. Als ehemalige Betroffene bringen die Lotsen ihre eigenen Erfahrungen mit der Suchterkrankung und deren Bewältigung bei der Wegbegleitung ein“, erläutert Andrea Wie-

chert das im März 2015 gestartete Projekt.

22 Plätze für den Landkreis Darmstadt-Dieburg und elf Plätze für die Stadt Darmstadt bietet der Caritasverband Darmstadt im Bereich Betreutes Wohnen Sucht an. Drei Mitarbeitende, die ihren Sitz im Suchthilfezentrum haben, begleiten Menschen, die nicht sofort abstinent leben können, in deren Wohnung und bieten Hilfe und Unterstützung für den Lebensalltag im häuslichen Milieu.

Angehörigenarbeit, Familien-, Paar- und Arbeitgebergespräche sind weitere wichtige Aufgaben des Suchthilfezentrums. Eng ist die Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen Kreuzbund und dem Elternkreis. Eine Selbsthilfegruppe für Spieler trifft sich im Birkenweg. Auch mit der Kreisagentur für Arbeit und dem Jobcenter gebe es Kooperationsverträge. Anders als früher greife die Suchtberatung heute nicht erst ein, wenn der Betroffene völlig am Boden sei, denn das Ziel bestehe, durch frühzeitige Interventionsangebote Familien und Angehörige vor den weitreichenden Folgen zu schützen, erläutert Wiechert.

CLAUDIA BETZHOLZ



Illustration: Jutta Wrobel

HERAUSGEBER

Suchtberatung INFO:

Caritasverband Darmstadt e. V.,
Heinrichstraße 32 A
64283 Darmstadt

Verantwortlich: Ansgar Funcke

Layout: Claudia Betzholtz

Druck: Caritas-Druckerei

Auflage: 1.100 Stück



Ambulante Rehabilitation – ein Erfolgskonzept

Ambulante Rehabilitation ist heute in allen Bereichen der medizinischen Versorgung ein bekanntes und anerkanntes Angebot. Im Bereich der Suchthilfe wurde die Ambulante Rehabilitation Sucht (auch ambulante Entwöhnungsbehandlung genannt) 1991 durch eine Empfehlungsvereinbarung der Rentenversicherungsträger in Deutschland installiert.

Danach müssen Suchthilfeeinrichtungen, um Ambulante Rehabilitation für Abhängigkeitserkrankte (ARS) anbieten zu können, hohe personelle und inhaltliche Standards erfüllen, wie dies in allen Einrichtungen des Caritasverbandes Darmstadt der Fall ist.

Auch für die Inanspruchnahme der ARS werden Kriterien festgelegt. So muss für eine ARS die Fähigkeit zur Abstinenz im Alltag abgeklärt sein und ein stabiles soziales Umfeld – Wohnung, Partner, Arbeit – vorhanden sein. Der große Vorteil der ARS besteht darin, dass sie berufsbegleitend durchgeführt werden kann.

Wichtig ist es, dass Beraterinnen und Berater im Vorfeld einer Behandlung mit jedem Klienten und jeder Klientin genau besprechen welche Behandlungsform (ob ambulant oder stationär) für die jeweiligen Betroffenen sinnvoll und erfolgversprechend ist. Diese Voraussetzungen wurden später in einem Rahmenkonzept auch mit den Krankenkassen vereinbart.

Die Ergebnisse der Nachbefragung sprechen eine deutliche Sprache:

Ambulante Suchtrehabilitation ist erfolgreich

- weil die Kriterien für diese Behandlungsform zielführend gewählt wurden

- weil der Behandlungsumfang (12 bis 18 Monate) in Deutschland zur Wirksamkeit beiträgt
- weil es eine gut verzahnte Hilfestruktur und eine hohe Kompetenz von haupt- und ehrenamtlicher Suchthilfe gibt

Hier einige ausgewählte Ergebnisse der Katamnese:

Für die Diagnose Alkohol lässt sich eine Abstinenzquote nach einem Jahr von 50 – 54% nachweisen auch nach strenger Bewertung des Rücklaufs der Katamnese Daten. 92% der zu Beginn der ARS Erwerbstätigen verbleiben in der Erwerbstätigkeit, während der ARS-Maßnahme werden 8% arbeitslos. 25% der zu Beginn in der ARS Arbeitslosen gelangen während der Maßnahme in eine Erwerbstätigkeit. 10% der Nichterwerbstätigen (Schüler, Studenten) sind am Ende der Maßnahme erwerbstätig. Insgesamt 90% der Beteiligten geben eine deutliche Verbesserung in den Bereichen Gesundheit, Leistungsfähigkeit und kurzzeitige Abstinenz an.

Im Vergleich mit Studien aus Amerika, Großbritannien und den Niederlanden ist dies ein herausragendes Ergebnis. Amerikanische Studien weisen auf 19% Abstinenz nach einem Jahr hin, in den Niederlanden zeigt sich eine Abstinenzrate von 23% in den letzten 30 Tagen. Auch in Großbritannien wird nach einem Jahr lediglich nach abstinenten Tagen gefragt.

Fazit:

Die Ambulante Rehabilitation für Abhängigkeitserkrankte in Deutschland ist aus dem Behandlungsangebot nicht mehr wegzudenken und international ein Vorzeigemodell.

KATAMNESE

Ist eine Nachbefragung der Sucht- und Drogenklienten ein Jahr nach Abschluss der ambulanten medizinischen Rehabilitation. Es werden unter anderem Fragen gestellt zur Abstinenz, zur Lebenssituation und zur Zufriedenheit der Klienten. Die Nachbefragung ermöglicht Aussagen darüber ob die Arbeit der Suchthilfe effektiv ist und die Rehabilitation zu mehr Gesundheit der Klienten beiträgt.

Die Katamnese wird seit 2012 durch den Deutschen Caritasverband und den Fachverband der Diakonie durchgeführt. Die Suchthilfeeinrichtungen im Caritasverband Darmstadt nehmen daran teil.

HEIKE SLANGEN

Suchthilfezentrum Darmstadt

ULRIKE STEFFGEN

Suchthilfeverbund der Caritasverbände in Hessen

HERZLICHE EINLADUNG

Herzliche Einladung zum Sommerfest der ehemaligen Patientinnen und Patienten zum 20-jährigen Bestehen der Adaption „An der Bergstraße“.

Gefeiert wird am 19. August 2017 von 12 bis 16 Uhr im Klostersgarten des St. Vincent Klosters, Neckarstraße 2, 64646 Heppenheim

Das Programm:

12:30 Uhr: Imbiss,
13:30 Uhr: Begrüßung, Rückblick, Ausblick
14:30 Uhr: Besinnung in der Klosterkapelle
15:00 Uhr: Ausklang mit Kaffee und Kuchen
16:00 Uhr: Verabschiedung

Ambulante, stationäre und teilstationäre Hilfeangebote



Suchthilfezentrum Darmstadt

- Suchtberatung und Behandlung
- Suchtberatung online
- Suchthilfeverbund der Caritas in Hessen

Wilhelm-Glässig-Str. 15-17
64283 Darmstadt
Tel. 06151 / 500 28 40
sucht@caritas-darmstadt.de



Klinik „Schloß Falkenhof“

Fachklinik für
Abhängigkeitserkrankungen
Nibelungenstraße 109
64625 Bensheim
Tel: 06251 - 102-0
falkenhof@caritas-bergstrasse.de



Fachambulanz für Suchtkranke Dieburg

Weißturmstraße 29
64807 Dieburg
Tel: 06071 - 9866-22
sucht@caritas-dieburg.de



Adaptionseinrichtung „An der Bergstraße“

Kalterer Straße 3 a
64646 Heppenheim
Tel: 06252 - 9324-0
adaption@caritas-bergstrasse.de



Fachambulanz für Suchtkranke Erbach

Hauptstraße 42
64711 Erbach
Tel: 06062 - 95533-0
sucht@caritas-erbach.de



Tagesreha „Am Birkenweg“

Fachklinik für Abhängigkeits-
erkrankungen
Birkenweg 17
64295 Darmstadt
Tel: 06151 - 13037-0
tagesrehabilitation@caritas-
darmstadt.de



Caritas Suchtberatung Heppenheim

Kalterer Straße 3 a
64646 Heppenheim
Tel: 06252 - 70059-0
sucht@caritas-bergstrasse.de

Erstkontakte

Schnell und einfach

Kostenlose Hotline

0800 8877600

*Alle, die Suchthilfe brauchen,
können unter dieser Nummer
schnell und unkompliziert Hilfe
erfragen.*

Infoabend

*im Birkenweg 17, Darmstadt.
Jeden Mittwoch 16:30 Uhr ohne
Anmeldung*

Offene Sprechstunden in unseren Suchtberatungsstellen

*Montags 09:00 Uhr
in Heppenheim*

*Dienstags 14:00 Uhr
Donnerstags 10:00 Uhr
in Darmstadt*

*Mittwochs 14:00 Uhr
in Dieburg*

Online-Beratung (Mail-Beratung)

*Betroffene und Angehörige
können sich einloggen und mit
einem gewählten Login Namen
Fragen stellen oder Sorgen schil-
dern. Persönliche Angaben sind
dazu nicht nötig.*

www.suchthilfe-hessen.de

