

Im Teufelskreis der Promille

Seit 25 Jahren kümmert sich die Kreuzbund-Gruppe Merzig um Alkoholranke

Rund zehn Millionen Menschen haben in Deutschland Probleme mit dem Alkohol, knappe zwei Millionen leiden an der Alkoholkrankheit. Seit 25 Jahren steht die Kreuzbund-Gruppe Merzig Betroffenen zur Seite.

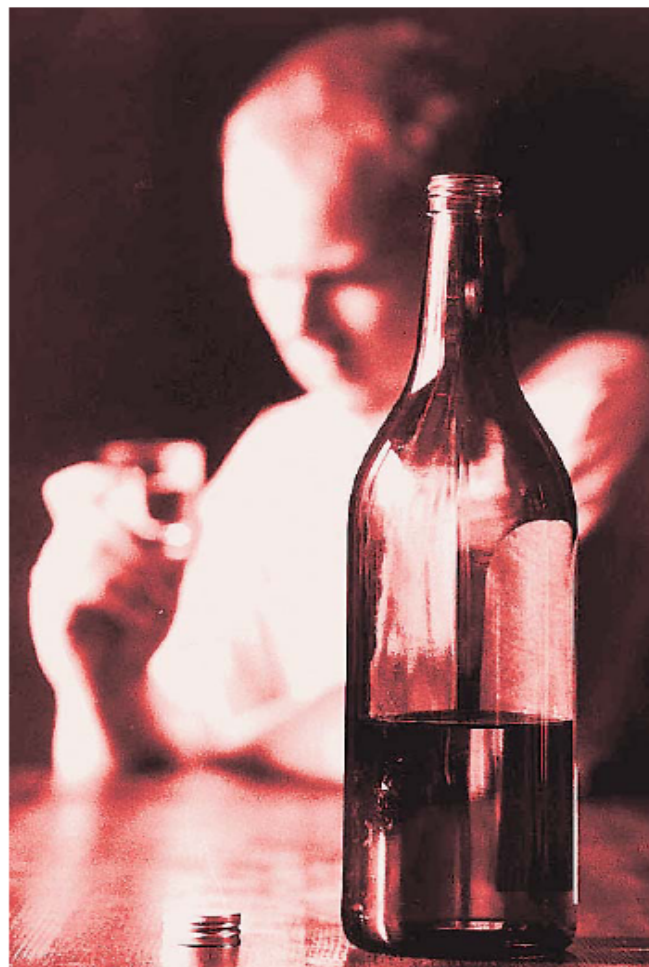
Von SZ-Redakteurin Margit Stark

Merzig-Wadern. Der Schnaps nach einem guten Essen, das Bierchen mit guten Freunden, ein Weinchen aus Freude oder Frust. Gründe, einen zu heben, gibt es so viele wie Sand am Meer. Zudem löst Alkohol die Zunge, entspannt, macht locker. Und gesellschaftsfähig ist er außerdem. „Es sind nicht nur die Verlierer in unserer Gesellschaft und die Außenseiter, die ein Problem mit Alkohol haben“, sagt Werner Gasper, Vorsitzender der Kreuzbund-Gruppe Merzig. Vor 25 Jahren wurde die Selbsthilfegruppe für Alkoholranke in der Kreisstadt gegründet – eine Anlaufstelle, in der im Laufe der zweieinhalb Jahrzehnte schon viele Betroffene dauerhaft vom Trinken abgehalten worden seien, wie Gasper resümiert. Und das wird am Freitag, 20. Juni, elf Uhr, in den Räumen der Caritas kräftig gefeiert.

Ob Arzt oder Rechtsanwalt, Angestellter, Lehrer oder Hausfrau: Der Griff zur Flasche mache vor keiner Schicht halt, wie Gasper sagt. Wie anders sei es zu erklären, dass in Deutschland rund zehn Millionen Menschen Probleme mit Alkohol haben. Dieses Ergebnis erbrachte jedenfalls eine Studie im Auftrag der Bundesregierung. Hinzu kommen 1,8 Millionen Menschen, die täglich

eine als riskant eingestufte Alkoholmenge zu sich nehmen würden. Für Männer seien das mindestens 30 Gramm, für Frauen mindestens 20 Gramm reiner Alkohol pro Tag. „20 Gramm Alkohol entspricht mindestens einem halben Liter Bier oder einem Viertelliter Wein.“ Wie viele Alkoholranke es insgesamt im Grünen Kreis gibt, kann er nicht sagen. Die Dunkelziffer sei hoch, ergänzt er. Denn nach wie vor würden viele Betroffene und ihre Familien diese Alkoholkrankheit vertuschen.“ Und noch eines ist sicher: „Frauen haben in den vergangenen Jahren mächtig zugelegt.“ Ganz gleich, ob Mann oder Frau: Oft sei es ein langer, dorniger Weg voller Lügen und Selbstbetrug bis zum Eingeständnis, alkoholkrank zu sein. Natürlich setze sich Tag für Tag der Vorsatz im Kopf fest, in den nächsten Tagen oder Wochen nichts zu trinken. „Mit ein bisschen Willensstärke hält man es auch durch. Man ist doch nicht abhängig. Alkoholiker, das sind die Penner mit ihren Rotweimbomben im Park oder andere Schnapsdrosseln in billigen Kaskemmen“ – Sätze, die sich jeder Alkoholranke einrede. Druck von außen könne zwar einen Anstoß für eine Therapie geben.

Doch das Beste ist es, sich selbst einzugestehen: Ich möchte es schaffen, vom Alkohol loszukommen“, wie der Chef des Kreuzbundes sagt. Einen ersten Schritt biete eine Therapie. Dort lerne man offen einzugestehen, Alkoholiker zu sein. „Und wir vom Kreuzbund helfen, aus der Sucht auszusteigen und eine zufriedene Abstinenz zu erreichen.“



Der Kreuzbund hilft, von der Flasche wegzukommen.

Foto: SZ

„Die Alkoholkrankheit ist nicht heilbar“

Werner Gasper: Einzige Medizin ist die absolute Abstinenz

Mit dem Vorsitzenden der Kreuzbund-Gruppe Merzig, Werner Gasper, sprach SZ-Redakteurin Margit Stark anlässlich des Jubiläums.

Wie viele Mitglieder hat der Kreuzbund?

Werner Gasper: Zurzeit zählen wir vier Gruppen mit etwa 60 Mitgliedern.

Was bietet der Kreuzbund seinen Mitgliedern?

Werner Gasper: Kernstück unserer Arbeit sind die wöchentlichen Gruppenstunden. Zudem organisieren wir Wochenendseminare, einmal pro Monat sind Frauen- sowie Männergesprächskreise anberaumt. Und gemeinsame Unternehmungen

wie Grillfeste, Wanderungen oder Familienwochenenden sind für uns ebenfalls ein Stück Gruppenarbeit auf dem Weg zur zufriedenen Abstinenz. Natürlich werden in solche Veranstaltungen auch die Familien einbezogen.

Wie ist diese Krankheit zu heilen?

Werner Gasper: Eine Heilung im eigentlichen Sinne gibt es nicht. Die Krankheit kann durch Abstinenz gestoppt, aber nie geheilt werden.

Was auf dem Weg zum trockenen Alkoholiker oberstes Gebot?

Werner Gasper: Das erste Glas stehen zu lassen. Wenn man mit dem Alkoholkonsum aufge-

hört hat, sind die Gefahren, einen Rückfall zu erleiden, sehr hoch. Fast stündlich begegnen uns oft banale Dinge, die zu einem Rückfall führen können. Wenn man die Situationen und Stolpersteine auf seinem Weg in die Nüchternheit kennt, kann man ihnen aus dem Weg gehen. Viele Dinge im Leben muss man ändern oder vieles sogar völlig neu erlernen. Denn: einmal Alkoholiker, immer Alkoholiker. Die Abhängigkeit kann sogar schon durch Aromen oder geringe Alkoholmengen in Speisen wieder ausgelöst werden. Daher ist bei diesen Dingen äußerste Vorsicht geboten. Am besten ist es daher, man verzichtet ganz darauf.

AUF EINEN BLICK

1983 gründete sich in Merzig ein Verein, der sich mittlerweile zur größten Selbsthilfegruppe im Landkreis entwickelt hat: der Kreuzbund. Die Selbsthilfegruppe, die sich bundesweit seit mehr als 100 Jahren die Betreuung alkoholkranker Menschen zur Aufgabe gemacht hat, ist ein Fachverband der Caritas. Die Männer der ersten Stunde waren der langjährige Vorsitzende Heinrich Köhne und Martin Dollwet. Durch seine engagierte Arbeit hat der Verein schnell eine hohe Wertschätzung im Saarland und darüber hinaus genossen, sagt der jetzige Vorsitzende Werner Gasper. Die Anlaufstelle ist Bahnhofstrasse 47, im Hinterhof, innerhalb des Caritasgebäudes, gleich gegenüber dem Hotel Roemer. red