

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich, Sie heute hier so zahlreich begrüßen zu können. An einer Bipolaren Störung zu leiden oder Angehöriger eines solchen Betroffenen zu sein, wirkt sich auf viele Bereiche des Lebens aus. Jedes Jahr veranstalten wir zwei Informationstage in Berlin, die sich jeweils mit einem dieser Aspekte befassen. Bisher gab es dabei bei der Frühjahrsveranstaltung immer einen seltsamen Zufall: Sie fiel auf den ersten Samstag im Jahr, an dem die Sonne so richtig schön warm schien. Und wir sind erstaunt gewesen, dass es trotzdem immer 150 bis 200 Besucher gab. Dieses Jahr ist mit dem Wetter ja alles anders, aber Sie sind weiterhin zahlreich erschienen, was mich sehr freut!

Ich darf mich kurz vorstellen: Mein Name ist Uwe Wegener, ich bin selbst von Bipolaren Störungen betroffen und ich bin Vorsitzender der gemeinnützigen Selbsthilfevereinigung bipolaris, die diesen Informationstag organisiert.

bipolaris ist eine Vereinigung von Menschen mit Bipolaren Störungen und von ihren Angehörigen, hauptsächlich sowie ihrer Selbsthilfegruppen. Wir unterstützen die Selbsthilfe und die Selbsthilfegruppen der Region Berlin-Brandenburg. In den letzten Jahren hat sich die Zahl der Selbsthilfegruppen dort verdoppelt, die Zahl der Mitglieder in den Gruppen vervierfacht; dies ist sicherlich ein Erfolg unserer Arbeit. Wir klären über die Bipolare Störung auf und bekämpfen Vorurteile. Auf vielen Tagungen und in Gremien geben wir Betroffenen und Angehörigen eine Stimme und vertreten deren Interesse; unsere Stimme hat inzwischen einiges Gewicht in der Psychiatrie. Dieses Gewicht ist natürlich umso höher, je mehr Mitglieder wir haben. Deswegen möchte ich diejenigen unter Ihnen, die noch nicht Mitglied sind, herzlich einladen, sich über bipolaris zu informieren und zu überlegen, ob sie nicht auch Mitglied werden wollen und damit die Selbsthilfe und ihre Interessenvertretung zu stärken. Wer, wenn nicht wir Betroffenen und Angehörigen wissen, was gut für uns ist? Eine Mitgliedschaft ist schon ab einem Euro pro Monat möglich. Zufälligerweise haben wir noch einige Beitrittserklärungen an unserem Stand ...

Die bipolare Störung kommt selten allein, so ist das Motto des heutigen Informationstages. Nach diversen Untersuchungen hauptsächlich in den USA entwickeln über 50% aller Menschen mit Bipolaren Störungen im Laufe ihres Lebens auch ein Problem mit Substanzmissbrauch oder Substanzabhängigkeit, seien dies Alkohol, Marihuana oder die so genannten harten Drogen. Dazu passend darf ich aus dem brandneuen, am Mittwoch

9. bipolaris-Informationstag

Die Bipolare Störung kommt selten alleine:

Suchtverhalten und Abhängigkeitserkrankungen

bei Menschen mit einer Bipolaren Störung

**Samstag, 06. April 2013, 11:00 – 16:30 Uhr
Vivantes Klinikum im Friedrichshain**

erschieden Jahrbuch Sucht 2013 der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen zitieren „Die Diagnose ‚Psychische und Verhaltensstörungen durch Alkohol‘ ist die dritthäufigste in der Krankenhausstatistik, bei Männern sogar die häufigste Diagnose der vollstationär behandelten Patienten.“

Die Wahrscheinlichkeit, ein solches Problem zu bekommen ist bei Menschen mit Bipolaren Störungen 6-mal höher als bei Menschen, die nicht von Bipolaren Störungen betroffen sind. Die Bipolare Störung ist wohl die psychische Erkrankung mit der höchsten Komorbiditätsrate im Bereich des Substanzmittelmissbrauchs.

Hinzu kommen all die nichtsubstanz-gebundenen Süchte bzw. Störungen der Impulskontrolle, wie z. B. exzessives Glücks- oder Computerspielen, Kaufsucht, problematisches Sexualverhalten...

Nicht auf alle Süchte können wir auf diesen Informationstag tiefer eingehen. So haben wir das Thema Nikotinabhängigkeit ausgespart, obwohl nach der Statistik der Deutschen Hauptstellen für Suchtfragen pro Jahr in Deutschland ca. 100-120 Tausend Menschen durch die Folgen des Rauchens sterben, gegenüber 74.000, die durch die Folgen von Alkoholabhängigkeit oder Alkoholmissbrauch sterben.

Wie schon erwähnt, haben wir schon einige Informationstage veranstaltet und sicherlich schon eine gewisse Routine entwickelt. Aber diesmal hatten wir doch Probleme in der Vorbereitung dieses Tages. Sicherlich, die Zahlen sind klar. Aber in den Selbsthilfegruppen zur Bipolaren Störung wird das Thema Sucht kaum besprochen. Es gibt anscheinend zwei verschiedene Bereiche sowohl in der Behandlung als auch in der Selbsthilfe, die Welt der psychischen Erkrankung und die Welt der Abhängigkeitserkrankungen. So sind oft auch die Abteilungen z. B. in der Reha aufgebaut: In der Reha-Klinik in der ich war, gab es eine Suchtabteilung und eine Abteilung für Psychosomatik bzw. psychische Erkrankungen. Die Psychisch Kranken wurden von den Patienten der Suchtabteilung „Schmetterlinge“ genannt, diese wiederum nannten die Patienten der Suchtabteilung „Suchtis“. Ich hatte das Gefühl, man schaut jeweils aufeinander herab. Anscheinend gibt es eine doppelte Stigmatisierung, es ist noch schwerer sich dazu zu bekennen, das man sowohl an einer schweren psychischen Erkrankung leidet als auch süchtig ist.

Dies schlägt sich leider auch auf die Auswahl der Referenten wieder: Noch nie hatten wir so viel Schwierigkeiten, Betroffene und Angehörige zu finden, die sich trauen, heute hier von Ihren Erfahrungen zu erzählen. Und noch diese Woche erhielt ich zwei Absagen, so dass leider jeweils ein Vortrag eines Angehörigen und eines Betroffenen entfallen. Ich bitte Sie, diese Programmänderung zu entschuldigen. Umso mehr Zeit werden wir uns für Diskussionen nehmen und Ihnen die Gelegenheit geben, Ihre Erfahrungen einzubringen.

Uwe Wegener

Begrüßung und Einführung

Aber was heißt das überhaupt, Substanzmissbrauch, Abhängigkeit? Und was kommt zuerst, der Drogenmissbrauch oder die Manie bzw. Depression? Führt der Einsatz von Alkohol und anderen Drogen erst zu Manie und Depressionen oder konsumieren Menschen Drogen eben wegen ihrer psychischen Probleme, z. B. als Selbstmedikation? Eine oftmals diskutierte These ist z. B., das Alkohol in der Depression getrunken wird, um sich entweder zu Betäuben oder besser drauf zu kommen, Ängste zu überwinden; in der Manie wiederum kann man seine Grenzen auch beim Umgang mit Drogen übersehen oder aber versucht sich mit Alkohol zu beruhigen.

Und wenn ich nun ein Drogenproblem habe, was kann ich da machen? Soll ich mich erst um meine psychische Erkrankung kümmern oder zuerst um meine Abhängigkeit? Wie finde ich zu einem möglichst freien und selbstbestimmten Leben?

Über diese Themen und Thesen werden wir heute einiges hören und hoffentlich auch diskutieren. Dazu haben wir ausgewiesene medizinische und psychotherapeutische Experten eingeladen, namentlich Dr. Lindenmeyer, Klinikdirektor der Salus-Klinik in Lindow und Frau Dr. Salkow, die nach Ihrer Zeit als Leiterin einer Bipolar-Tagesklinik nun ebenfalls bei den Salus-Kliniken arbeitet.

Einen besonderen Schatz erhalten wir von Menschen mit Bipolaren Störungen und Suchterkrankungen geschenkt: Sie lassen uns an Ihren Erfahrungen teilhaben mit Ihren Problemen und Bewältigungsstrategien.

Ein solcher Tag und die Selbsthilfe leben vom Erfahrungsaustausch. Deswegen besteht nach jedem Vortrag die Gelegenheit zu diskutieren.

Im Nachbarraum wird es in den Pausen einen kleinen Markt der Möglichkeiten geben, an dem sich einige Selbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen und Kliniken vorstellen, Materialien auslegen und Sie mit den Referenten vertieft in den Dialog treten können.

Schon jetzt darf ich Ihnen verraten, dass es nicht nur trockene Theorie geben und es um die negativen Seiten gehen wird; vor der Kaffeepause werden wir ein wenig in die Praxis der Achtsamkeit und des Genießens eingeführt.

Aber genug der Vorrede, ich freue mich auf einen abwechslungsreichen und informativen Tag mit vielen Diskussionen und spannenden Redebeiträgen!

Uwe Wegener