



**Alkohol** – Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe erlebt herben Rückschlag in der begegnungsfreien Corona-Zeit

## Ein schambesetztes Thema

REUTLINGEN. »Das Thema Alkoholkrankheit ist schambesetzt«, sagt Sabine Schmelzer. Sie weiß genau, wovon sie spricht, schließlich hat sie 2014 den Entschluss gefasst, ihre eigene Alkoholsucht anzugehen. »Einfach war das nicht, aus dem Teufelskreis herauszukommen«, sagt die heute 42-Jährige. Dabei war der Alkohol »nur« Symptomträger. »Ich habe den Umgang mit negativen Gefühlen nie gelernt.« Ging es Sabine Schmelzer schlecht, hat sie getrunken. Allerdings habe es lang gebraucht, bis sie sich selbst eingestehen konnte, dass sie krank war. Und auch heute noch krank ist. Denn alkoholabhängig bleiben die Suchtkranken ihr Leben lang.

### Zu der Sucht stehen

»Es genügt ein kleiner Schluck Alkohol, um sofort wieder voll drauf zu sein«, weiß auch Karl Luik. Warum? »Weil das »Suchtgedächtnis« durch eine winzige Menge Alkohol sofort wieder aktiviert wird«, sagt Maria Luik. Ihr Mann hat mit 35 Jahren eine Therapie gemacht. Seitdem ist er »trocken« – und engagiert sich seit dreieinhalb Jahrzehnten zusammen mit seiner Frau im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe im Hobbuch.

»Gestern waren wir in der Klinik für Psychiatrie und Psychosomatik Reutlingen (PP.r.t) und haben den Leuten dort gesagt: Wenn ihr nicht zu eurer Sucht stehen könnt, dann hat die Therapie keinen Wert«, sagt Karl Luik. In der Öffentlichkeit zu sagen »Ich bin alkoholkrank« – dazu gehört dennoch viel Mut, wie Sabine Schmelzer erfahren hat. »Es ist wichtig, zu sich zu stehen und nicht wie gewohnt alles unter den Teppich zu kehren«, sagt die 42-Jährige. Und sie hat vor sechs Jah-

ren auch das getan, wozu Maria und Karl Luik raten: »Wer die Entscheidung gefällt hat, mit dem Trinken aufzuhören, der muss sich sofort Hilfe suchen.« Denn Hilfe ist notwendig – weil es extrem schwierig sei, die Abhängigkeit ganz alleine zu bekämpfen.

Sabine Schmelzer hat glücklicherweise Freundinnen, mit denen sie auch über ihre Abhängigkeit reden kann. »Als sich der Freundeskreis zwischen März und Juni nicht treffen konnte, haben mir die wöchentlichen Treffen sehr gefehlt.« Nach Pfingsten hat nach Worten von Maria Luik das Sozialministerium das Okay gegeben, dass sich die Freundeskreise »als systemrelevant« wieder treffen können. »Aber unter Auflagen und mit der Zustimmung der Hausbesitzer«, so Maria Luik.

Der Landesverband der Suchtkrankenhilfe hatte einen speziellen Hygieneplan erarbeitet, von der Maske über Händereinigen bis zu Abstandsregeln.

»Wir können uns seitdem in unserem gewohnten Raum im Gemeindezentrum im Hobbuch treffen, aber nur bis zu elf Personen«, sagt Karl Luik. Sollten es mehr werden, gebe es die Möglichkeit, in den Kirchenraum einen Stock höher umzuziehen. Pfarrer Michael Dullstein hat zugestimmt.

»Selbst mir haben die wöchentlichen Treffen gefehlt«, sagt Maria Luik. Weniger geworden sind die Kontakte zwischen den Freundeskreis-Mitgliedern allerdings auch in der »Treffen-freien« Zeit nicht – es wurde deutlich mehr telefoniert. Und es hätten sich auch deutlich mehr Personen gemeldet, die ein Alkoholproblem haben, aber noch nicht im Freundeskreis sind. »Mir hat der Austausch über die Probleme gefehlt«, sagt Schmelzer.



Karl und Maria Luik (von links) sowie Sabine Schmelzer sind sich einig: Alkoholabhängigkeit ist eine Krankheit, die man nur mit Hilfe bekämpfen kann.

FOTO: LEISTER

Der Vorteil am Freundeskreis: »Wir sitzen alle im gleichen Boot, wir wissen und verstehen, worum es bei den anderen geht«, sagt Sabine Schmelzer, die sich zur Gruppenbegleiterin ausbilden ließ.

### Fatale Diagnose

Was sie bemängelt: »Das Verständnis in der Gesellschaft für die Alkoholabhängigkeit, für die Krankheit fehlt – und das sogar bei manchen Ärzten.« Schmelzer hat selbst schon mehrfach erlebt, dass Ärzte zu ihr sagten: »Dann trinken Sie halt weniger.« Welch' weiser Ratschlag an eine süchtige Person – Karl Luik kann sich heute noch, 35 Jahre nach seinem Entzug,

genau daran erinnern, wie weit es kommen musste, bis er dazu fähig war, die Krankheit anzugehen. Der Arbeitgeber hat gedroht, dass er ihn entlassen müsse, sollte er sein Alkoholproblem nicht angehen. Und seine Frau war fest entschlossen, sich scheiden zu lassen.

»Es ging mir damals nur noch darum, meine zwei Kinder und mich zu schützen«, sagt Maria Luik heute. »Ich wollte einzig, dass wir überleben.« Und selbst der Arzt hatte Karl Luik damals eine fatale Diagnose präsentiert: »Wenn Sie so weitersaufen, leben Sie maximal noch ein Jahr.« Alles zusammengenommen war das der Wendepunkt für die Familie Luik. (no)