

## Sucht-Selbsthilfe

### Systemrelevant und Rückfällen vorbeugend

Die Sucht-Selbsthilfe ist ein wichtiger Pfeiler im System der Suchthilfe. Versuche zur Eindämmung der Verbreitung des Sars-CoV-2-Virus wirken sich auf die deutschlandweit ehrenamtlich geleistete Arbeit der Sucht-Selbsthilfe aus. Im Zusammenhang mit der Anerkennung der Systemrelevanz für bestimmte Branchen und Berufe möchten wir uns im Namen der fünf Sucht-Selbsthilfverbände *Blaues Kreuz in Deutschland e.V.*, *Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche - Bundesverband e.V.*, *Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe - Bundesverband e.V.*, *Guttempler in Deutschland e.V.* und dem *Kreuzbund e.V.* gerne an Sie wenden und um Ihre Unterstützung bitten.

Wir beobachten in den vergangenen Wochen eine Häufung von Rückfällen bei Abhängigkeitskranken, auch bei denjenigen, die bisher als stabil angesehen wurden. Einer der wichtigsten begünstigenden Faktoren für Rückfälle ist laut mehrerer Studien Einsamkeit. Durch die Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Verbreitung des Sars-CoV-2-Virus sind Abhängigkeitskranke besonders gefährdet, unter Einsamkeit zu leiden und besitzen durchschnittlich weniger Ressourcen, fehlende Sozialkontakte auszugleichen.

Angehörige von Menschen mit Suchterkrankungen, egal ob der Partner oder die Partnerin Alkohol, Medikamente oder illegale Drogen konsumiert, sind aufgrund der physischen Kontaktbeschränkungen gleichermaßen betroffen und besonderen Belastungen ausgesetzt.

Die oben benannten fünf Sucht-Selbsthilfverbände tun alles, um Abhängigkeitskranke und Angehörige in Form von Telefonkontakten, Videokonferenzen und Chats zu begleiten. Die Sucht-Selbsthilfe sichert die Erfolge von stationärer und ambulanter Therapie bei abhängigkeitskranken Menschen, indem sie maßgeblich Rückfällen entgegenwirkt. Wir verweisen auf das Jahrbuch *Sucht 2020* der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Artikel 3.3 Statistik von fünf Sucht-Selbsthilfverbänden in Deutschland. Ebenso wurde in den S3-Leitlinien zur Behandlung der Alkoholabhängigkeit der regelmäßige und langfristige Besuch von Selbsthilfgruppen als wichtiges Unterstützungselement für Suchtkranke ausdrücklich empfohlen.

Die Sucht-Selbsthilfe unterstützt die erfolgreiche Umsetzung von Schutzmaßnahmen gegen die Ausbreitung von Covid-19! Abhängigkeitskranke Menschen werden weniger rückfällig und können abstinenter bzw. clean lebend die Schutzmaßnahmen befolgen. Das Infektionsrisiko der betroffenen Menschen bleibt niedrig!

Da Vereinsamung laut Studien eine der häufigsten Ursachen für Rückfälle Abhängigkeitskranker ist, brauchen sie jetzt am dringendsten Begegnung. Seit dem Beginn der „Corona-Krise“ stellen Selbsthilfgruppen digitale Kommunikationsmöglichkeiten zur Verfügung. Dennoch

können Telefonkontakte, Videokonferenzen und Chats die persönliche Begegnung nicht ersetzen. Die Sucht-Selbsthilfe, insbesondere die face-to-face-Begegnung, wirkt effektiv Vereinigungstendenzen entgegen und beugt am geeignetsten Rückfällen vor. Schutz vor viraler Ansteckung und Schutz vor Rückfall in die nicht selten tödlich endende Abhängigkeitserkrankung müssen sorgfältig abgewogen werden.

Deshalb möchten wir, dass

- Hochrisikogruppen bestmöglich geschützt bleiben;
- suchtkranke Menschen sowohl vor einer Infizierung mit dem Sars-CoV-2-Virus als auch vor Rückfällen in die Abhängigkeitserkrankung bewahrt bleiben;
- Sucht-Selbsthilfe in ihrer bisher wirksamsten Form (Präsenzveranstaltungen als face-to-face-Gruppenstunde) unter strengen Vorgaben (Begrenzung der Gruppengröße, Vorbereitung der Räumlichkeiten, Einhaltung der Mindestabstände und Desinfektionsvorschriften, Kommunikation der Verhaltensregeln)<sup>1</sup> ermöglicht wird, sobald Schutzmaßnahmen zur Eindämmung des Sars-CoV-2-Virus gelockert werden;
- neben der beruflichen Suchthilfe die Sucht-Selbsthilfe als systemrelevantes Hilfeangebot erkannt und deren Arbeitsfähigkeit gesichert wird. Nur so kann das Hilfesystem für Abhängigkeitskranke aus beruflichen und ehrenamtlichen Angeboten gerade in der derzeitigen Krise arbeitsfähig bleiben!

Wir wollen nicht die wichtigen Schutzmaßnahmen zur Eindämmung von Covid-19 in Frage stellen oder unterwandern! Ebenso wenig möchten wir vulnerable Zielgruppen, zu denen Abhängigkeitserkrankte zu einem großen Teil gehören, zusätzlichen Gefährdungen aussetzen!

Bitte unterstützen Sie uns, dass sich die Sucht-Selbsthilfe unter strengen Vorgaben in Präsenzveranstaltungen (Gruppenstunden) wieder treffen kann, wenn erste verantwortbare Lockerungen von Schutzmaßnahmen bundes- und landesweit vereinbart werden.

*Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung, stehen für Rückfragen zur Verfügung und verbleiben mit freundlichen Grüßen*

*Jürgen Naundorff, Blaues Kreuz in Deutschland e.V.*

*Lando Horn, Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche - Bundesverband e.V.*

*Andreas Bosch, Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe - Bundesverband e.V.,*

*Barbara Hansen, Guttempler in Deutschland e.V.*

*Heinz-Josef Janßen, Kreuzbund e.V.*

*Wuppertal, Dortmund, Kassel, Hamburg, Hamm, 5. Mai 2020*

---

<sup>1</sup> Handlungspläne sind durch die Sucht-Selbsthilfe-Verbände (teils) erstellt.