



Ab wann habe ich ein Alkoholproblem?

Wie viel ist zu viel?

Geniessen, entspannen, abschalten und feiern – Alkohol ist ein fester Bestandteil unserer Kultur und gehört für viele einfach dazu. Dabei kann sich ein Alkoholproblem leise und unbemerkt in den Alltag einschleichen: Aus einem Glas Wein beim Mittagessen wird ein zweites beim Nachtessen und ein drittes auf dem Sofa. Das Feierabendbier wird zur Tagesroutine.

Veraltete Vorurteile

Das Leben muss nicht aus den Fugen geraten, damit ein Alkoholproblem entstehen kann. Ein problematischer Alkoholkonsum hat nichts mit schwacher Willenskraft zu tun – er ist eine menschliche Reaktion auf bestimmte Lebensumstände und bedingt durch das Zusammenkommen von äusseren Belastungsfaktoren und verschieden ausgeprägten individuellen Empfindlichkeiten.

Wertfrei eigenen Konsum beobachten

Für eine genaue Beurteilung, ob und in welcher Ausprägung eine Alkoholgebrauchsstörung vorliegt oder nicht, bedarf es einer sorgfältigen Abklärung zusammen mit einer Fachperson. Es gibt jedoch einige Anzeichen, die bei der Betrachtung der eigenen Konsummuster darauf hindeuten, dass die getrunkene Alkoholmenge und die Trinkhäufigkeit nicht mehr moderat oder genussvoll, sondern problematisch sind.

Mit dem diesjährigen Jahresrückblick-Plakat möchten wir dafür sensibilisieren, den eigenen Konsum achtsam zu beobachten und möglichst unvoreingenommen zu überdenken.

PS: Falls Sie sich in den Illustrationen wiederfinden: Meistens greifen die bewährten Empfehlungen für einen moderaten Alkoholkonsum, um die Trinkmenge wieder ins Lot zu bringen. Wie etwa alkoholfreie Tage einzulegen, die Anzahl getrunkenen Gläser zu reduzieren oder Getränke mit weniger Alkoholgehalt zu wählen.

Und wenn es Ihnen schwerfällt, Ihre persönlichen Ziele einzuhalten, hilft Ihnen die Arud gerne weiter – unkompliziert und diskret.

Mehr Infos unter: arud.ch/alkoholproblem

Normalisierung im zweiten Pandemiejahr

Nachdem das Jahr 2020 von dem Ausbruch der Corona-Pandemie, dem nationalen Lockdown sowie den diversen Hygiene- und Schutzmassnahmen geprägt war, hat sich der Betrieb im Folgejahr weitgehend normalisiert. Die erweiterte Mitgabe von Diaphin und die zeitweise Durchführung der ärztlichen Konsultationen und psychotherapeutischen Behandlungen via Telefon oder Video-Call wurden in Anlehnung an die gültigen bundesrätlichen Massnahmen beibehalten, so auch die Kontaktbeschränkungen unter den Mitarbeitenden und Besucher*innen. Mit der Verfügbarkeit der Covid-19-Impfungen hat die Arud für ihre Patient*innen und Mitarbeitenden ein eigenes Impfprogramm lanciert, das gut genutzt wurde. Dies sowie die konsequente Umsetzung der Maskenpflicht und der Home-Office-Empfehlungen des Bundes haben dazu geführt, dass eine grössere Zahl an Covid-19-Erkrankungen unter den Patient*innen und den Mitarbeitenden verhindert werden konnte.

Ein Jubiläumsjahr, das mit virtuellen Aktivitäten begangen wurde

2021 feierte die Arud ihr 30-jähriges Bestehen. Dazu fanden verschiedene Veranstaltungen statt, die pandemiebedingt virtuell abgehalten wurden. Das Jubiläumsjahr stand im Zeichen der «Schadensminderung» – ein Thema, das die Arud seit ihren Anfängen während der Zeit der offenen Drogenszene begleitet. Als Auftakt feierte im Februar das erste Arud-Symposium zu «Schadensminderung durch E-Zigaretten» Premiere, das die Arud zusammen mit der Frankfurt University of Applied Sciences sowie der Uni Zürich organisierte und an dem über 160 Personen aus Medizin, Prävention, Wirtschaft und der Vaper-Community teilnahmen. Die zweite Ausgabe des Arud-Symposiums folgte im November. Im Herbst startete die sechsteilige Reihe «So machen wir Suchtmedizin», in der Fachleute der Arud in kurzen Vorträgen aufzeigten, welche Behandlungsmöglichkeiten bei Problemen mit Alkohol, Cannabis, Kokain, Opioiden und Tabak bestehen und wie die moderne HIV-Therapie abläuft. Es folgte mit der «Tagung zur Zukunft der Schadensminderung» ein weiteres Highlight, das die Arud zusammen mit dem Sozialdepartement der Stadt Zürich organisiert hat. Zum Abschluss des Jubiläumsjahrs wurden am 30. November, dem Gründungstag der Arud, neun kurze Video-Clips veröffentlicht, die Einblick in die Arbeit der Arud und des Checkpoints geben.

Erfolgsrechnung

	2021 TCHF	2020 TCHF
Medizinische Leistungen	15 054	13 017
Medikamente	12 348	10 670
Selbstkostenbeiträge	446	484
Öffentliche Hand	360	330
Nettoerlöse aus Lieferungen und Leistungen	28 208	24 502
Materialaufwand	-12 001	-10 790
Bruttogewinn	16 207	13 711
Personalaufwand ¹	-12 759	-11 921
Übriger betrieblicher Aufwand	-3 426	-3 537
Betriebliches Ergebnis vor Zinsen und Abschreibungen (EBITDA)	22	-1 747
Abschreibungen auf Positionen des Anlagevermögens	-926	-851
Betriebliches Ergebnis vor Zinsen	-904	-2 597
Finanzaufwand	-40	-16
Betriebliches Ergebnis	-944	-2 613
Mitgliederbeiträge	5	5
Spenden	169	178
Betriebsfremder Ertrag	475	154
Ausserordentlicher, einmaliger oder periodenfremder Aufwand	-353	1 577
Ausserordentlicher, einmaliger oder periodenfremder Ertrag	474	-945
Jahresgewinn/-verlust	-175	-1 643
<small>1 Davon Vorstandsentschädigungen</small>	25	41

Auf arud.ch/uber-uns/unternehmen/organisation kann die detaillierte Jahresrechnung eingesehen werden.

schluss des Jubiläumsjahrs wurden am 30. November, dem Gründungstag der Arud, neun kurze Video-Clips veröffentlicht, die Einblick in die Arbeit der Arud und des Checkpoints geben.

Hochinteressante Studienergebnisse

Die von der Arud im Jahr 2020 durchgeführte Corona-Immunitäts-Studie wurde nun publiziert und deckt sich im Befund mit den Erfahrungen anderer Zentren auf nationaler und internationaler Ebene. Im Ergebnis zeigt sich, dass Arud-Patient*innen im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung zwar etwa drei Mal häufiger Antikörper gegen das SARS-CoV-2-Virus im Blut hatten, es aber trotzdem keine schweren Verläufe gab. Ein Grund hierfür könnte eine mögliche Kreuzimmunität sein, d.h. frühere Kontakte mit ähnlichen Coronaviren, die sich gemäss der Hypothese als schützend vor schweren Covid-19-Verläufen erweisen.

Die im Jahr 2021 durchgeführte HCV-Reinfektionsstudie kommt zu dem Ergebnis, dass sich das Arud-Patientenkollektiv trotz teils erheblicher Risikofaktoren selten wieder ansteckte, insbesondere auch im Vergleich mit Studien anderer Länder. Ein Grund dafür könnte das integrierte Versorgungssystem der Arud sein, das auch umfassende präventive Massnahmen, wie die Abgabe von sterilen Injektions- und Zubereitungsmaterialien sowie stetige Aufklärungsarbeit, unter anderem durch die Peer-Mitarbeitenden, enthält.

Boden gefunden – Turnaround geschafft

Vor einem Jahr mussten wir ein erhebliches und für die Organisation bedrohliches strukturelles finanzielles Ungleichgewicht feststellen. Der Verlust 2020 betrug mehr als -1,6 Mio. CHF. Mehrere Faktoren hatten zu dieser ungemütlichen Lage geführt. Dank der Anstrengungen aller Mitarbeitenden konnte das Blatt gewendet und im Laufe des Jahres eine Stabilisierung herbeigeführt werden. Für das abgeschlossene Jahr beträgt der Verlust nunmehr noch -175 000 CHF. Zu dieser positiven Entwicklung hat insbesondere die deutliche Verbesserung der Ertragslage geführt. Auch im personellen Bereich hat sich die Situation beruhigt. Nach einer Phase häufiger Wechsel auf allen Stufen stabilisieren sich die Teams allmählich und bilden damit die Grundsteine, auf welchen wir weiter aufbauen können.

Patient*innen 2021

Arud

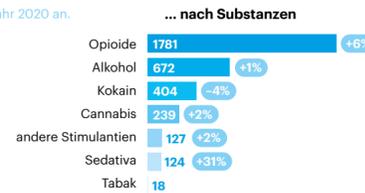
Die Prozentzahlen zeigen den Vergleich zum Vorjahr 2020 an.

Anzahl Behandlungen

3763 +4%

davon internistisch mitbetreut

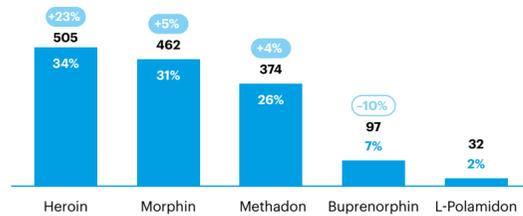
1645



... mit Opioidabhängigkeit und in Opioid-Agonisten-Therapie (OAT)

1470 +9%

... nach Medikament in der OAT



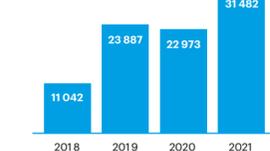
Checkpoint

HIV-Klient*innen 420

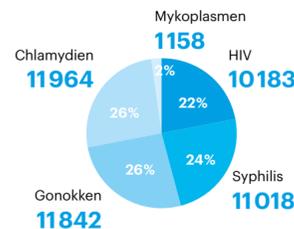
PrEP-Klient*innen 1180

Positive HIV-Tests 33

... nach Konsultationen



... nach den häufigsten Analysen



Der Checkpoint ist eine Zusammenarbeit der Arud und der Zürcher Fachstelle für sexuelle Gesundheit (SeGZ).

Den Blick wieder nach vorne richten

Im Jahr 2021 lag der Fokus auf der Arbeit im Inneren. Die Integration von neuen Mitarbeitenden sowie die Anpassung verschiedenster Prozesse an neue Strukturen und Gegebenheiten standen im Vordergrund. Im ersten Halbjahr 2022 widmen wir uns weiterer Konsolidierungen, ab Mitte des Jahres richten wir dann aber den Blick nach vorne und packen liegen gebliebene Projekte an: wie den Einsatz von Peer-Mitarbeitenden in der Psychiatrie oder die Lancierung eines Angebotes für intranasalen Konsum in der OAT. Ausserdem werden wir die Entwicklung neuer Angebote vorantreiben. Die anhaltend hohe Nachfrage nach unseren Behandlungen und Dienstleistungen zeigt, dass Menschen mit problematischem Substanzkonsum und nicht substanzgebundenen Abhängigkeiten unsere Therapieansätze schätzen. Dies sehen wir als Bestätigung für unseren Weg, weshalb wir uns weiterhin anstrengen werden, um für die unterschiedlichen Bedürfnisse und Situationen unserer Patient*innen massgeschneiderte und integrierte Behandlungspläne anbieten zu können.

Neue Räumlichkeiten für den Checkpoint

Nachdem vor fünf Jahren unsere suchtmedizinischen Standorte in der Stadt Zürich zentralisiert und am Standort Schützengasse zusammengezogen wurden, ist jetzt der Checkpoint dran. Der Verein Arud hat in Abstimmung mit seiner Co-Trägerin SeGZ beschlossen, den Checkpoint in neue Räume an der Limmatstrasse zu verlegen. Am zukünftigen Standort sind mieterseitige Ausbauten im Umfang von 1,5 Mio. CHF vorgesehen. Dafür erhält der Checkpoint eine knappe Verdoppelung der verfügbaren Fläche und kann damit das bisherige stetige Wachstum fortsetzen und die Prozesse, insbesondere im Bereich des Testings und der Behandlung von sexuell übertragbaren Infektionen, weiter optimieren. Der Bezug der neuen Räumlichkeiten ist für den 1. April 2023 vorgesehen.

Allen Mitarbeitenden gebührt an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für ihren grossartigen und persönlichen Einsatz in diesem herausfordernden Jahr.

Reto Jeger, Geschäftsführer

Organisation Spenden

(Stand 31. Dezember 2021)

Herzlichen Dank!

144 Mitarbeiter*innen

- 38 Psychiatrie
- 23 Innere Medizin
- 4 Peer-Arbeit
- 51 Medizinische Dienste
- 14 Finanzen & ICT
- 13 Stab
- 1 Kaufmännische Lernende

Finanzielle Unterstützung erhielten wir vom Bundesamt für Gesundheit, vom Gesundheits- und Umweltschutzdepartement der Stadt Zürich sowie von den Firmen AbbVie AG und Gilead Sciences Switzerland Sàrl. Zudem haben uns zahlreiche weitere Personen und Institutionen unterstützt. Lieferanten und Dienstleister halfen uns auch dieses Jahr mit ihrem Engagement und vorteilhaften Konditionen.

Die detaillierten Beträge können im Anhang der Jahresrechnung nachgelesen werden.

Vorstand

- Barbara Gysi (Präsidentin)
- Claus Damas
- Barbara Koller
- Melanie Kreis
- Oliver Senn

Ihr Engagement zählt!

Die Arud setzt sich für eine fortschrittliche Suchtpolitik ein, die den Substanzkonsum entkriminalisiert und Suchtbetroffene in der Gesundheitsversorgung besser berücksichtigt. Wir initiieren innovative Projekte, forschen und bilden Fachleute aus, um unseren Patient*innen eine adäquate Begleitung in ihrem Genesungsprozess bieten zu können. Befinden sie sich in einer finanziellen Notlage, leisten wir Überbrückungshilfe aus unserem Patient*innenfonds.

Geschäftsleitung

- Reto Jeger
- Geschäftsführer

Nicht alle unsere Leistungen können wir über die Krankenkassen abrechnen. Viele unserer Angebote und Projekte können wir nur dank Spenden finanzieren.

- Bastian Baumann
- Leiter Checkpoint

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung: arud.ch/spenden oder direkt via Twint (QR-Code). Herzlichen Dank!

- Thilo Beck
- Co-Chefärzt Psychiatrie



- Philip Bruggmann
- Co-Chefärzt Innere Medizin

- Regina Esser
- Co-Chefärztin Innere Medizin

Impressum

- Achim Gooss
- Co-Chefärzt Psychiatrie

Herausgeberin Arud Zentrum für Suchtmedizin, Schützengasse 31, 8001 Zürich, www.arud.ch
Gesamtverantwortung Reto Jeger, Patrizia De Nicoli
Illustration Benjamin Herrmann, benjaminherrmann.ch
Druck Mattenbach AG, Winterthur, www.mattenbach.ch, Auflage: 5000 Exemplare

- Emanuel Gross
- Leiter Finanzen & ICT
- Roland Lussi
- Leiter Medizinische Dienste

AB WANN HABE ICH EIN ALKOHOLPROBLEM?



Alkohol trinken wird zu einer zunehmenden Priorität in Ihrem Leben

Es fällt Ihnen immer schwerer, Ihr Trinkverhalten zu kontrollieren

Eine Alkoholabhängigkeit schleicht sich oft unbemerkt in den Alltag

Sie sind trinkfester und an Tagen ohne Alkohol geht es Ihnen schlechter

Ein Alkoholproblem hat nichts mit schwacher Willenskraft zu tun, sondern ist eine menschliche Reaktion auf bestimmte Lebensumstände und kann sich zu einer chronischen Krankheit entwickeln. Die Arud hilft respektvoll und diskret, das Trinken wieder zu kontrollieren, zu reduzieren oder zu stoppen – so wie es für Sie möglich ist und passt. www.arud.ch/alkoholproblem

arud