

Fällt es Ihnen schwer, Ihren Alkoholkonsum zu kontrollieren oder einzuschränken? Dann ist professionelle Unterstützung ratsam.

Auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Gesundheit werden Sie von unseren Therapeuten und Ärztinnen fachkundig, offen und respektvoll begleitet. Sie erhalten eine individuelle und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung.

Unser Behandlungsansatz ist zieloffen und nicht primär abstinenzorientiert. Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir die Behandlungsschritte und stehen Ihnen bei der Umsetzung beratend zur Seite.



Die Arud verwendet in ihren Unterlagen abwechselnd die weibliche und männliche Form. Beide Fälle schliessen das andere Geschlecht mit ein.

Über die Arud

Wir bieten individuelle Unterstützung und Behandlung bei allen Suchterkrankungen: von Problemen mit dem Konsum psychoaktiver Substanzen bis hin zu Verhaltenssüchten.

Die Arud ist eine der führenden suchtmmedizinischen Institutionen in der Schweiz. Sie beschäftigt an ihren beiden Standorten in Zürich und Horgen rund 120 Mitarbeitende. Als FMH-anerkannte Weiterbildungsstätte bilden wir Fachleute, Arbeitgebende und Interessierte zum Thema Sucht weiter.

Mit ihrer Arbeit zwischen Forschung und Praxis engagiert sich die Arud seit über 25 Jahren für eine pragmatische und wissenschaftlich fundierte Suchtpolitik.

Arud Zentrum für Suchtmedizin

Zürich

Schützengasse 31
8001 Zürich
Telefon 058 360 50 00
arud@arud.ch

Horgen

Seestrasse 185
8810 Horgen
Telefon 058 360 50 80
horgen@arud.ch

www.arud.ch

arud

Zentrum für Suchtmedizin

Alkohol

Angebot für Betroffene

Tel. 058 360 50 00
www.arud.ch

Alkohol hat in unserer Kultur seinen festen Platz. Je nach Trinkverhalten kann er dabei zur Steigerung des Wohlbefindens beitragen oder aber die Lebensqualität einschränken und zu massivem Leiden führen – sowohl für die Betroffenen selbst als auch für ihr soziales Umfeld.

Das Suchtpotenzial von Alkohol ist hoch: Jeder fünfte Erwachsene weist ein risikoreiches Trinkverhalten auf. Bei übermäßigem Konsum gehört Alkohol zu den schädlichsten psychoaktiven Substanzen und kann fast jedes Organ schädigen. Nebst den körperlichen Auswirkungen geht der Alkoholkonsum häufig auch mit psychischen, sozialen oder beruflichen Beeinträchtigungen einher.

Ist mein Konsum problematisch?

Die WHO definiert eine Abhängigkeit anhand von sechs Kriterien, von denen mindestens drei über einen bestimmten Zeitraum zutreffen müssen:

1. Starkes Verlangen
2. Verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf Konsummenge, -beginn oder -ende
3. Körperliche Entzugserscheinungen bei Konsumstopp oder -reduktion
4. Toleranzentwicklung
5. Vernachlässigung anderer Interessen
6. Anhaltender Konsum trotz offensichtlicher negativer Auswirkungen

Was sind die langfristigen Auswirkungen?

Ein massvoller Konsum kann ohne körperliche oder psychische Schäden genossen werden. Übermässiges anhaltendes Trinken oder das sogenannte Binge-Drinking kann aber auf verschiedenste Organe und Körperteile schädigende Auswirkungen haben.

- Belastung der Leber bis hin zu tödlichem Leberversagen
- Blutzucker- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden begünstigt
- Nervenzellen im Gehirn werden geschädigt
- Brust- und Darmkrebs wird begünstigt
- Das Immunsystem wird beeinträchtigt

Angebot

Unsere Ärztinnen, Psychiater, Psychologinnen und Sozialarbeitenden sind mit einem umfassenden Angebot für Sie da:

Suchtbehandlung

Information, Abklärung, Beratung und Unterstützung bei der Kontrolle oder Reduktion des Konsums oder bei ambulanten Entzügen sowie Nachbetreuung und Rückfallprophylaxe.

Psychiatrie und Psychotherapie

Abklärung der psychischen Gesundheit und Behandlung von psychischen Erkrankungen.

Hausärztliche Behandlung

Allgemeine Innere Medizin und Infektiologie.

Sozialarbeit

Unterstützung bei belastenden Finanz- oder Wohnungsproblemen und bei Schwierigkeiten im Umgang mit Behörden oder Arbeitgebern.

Die Kosten der Behandlung werden von der Krankenkasse übernommen.

Unsere Haltung

Wir distanzieren uns von der Ansicht, dass Sucht selbstverschuldet und der Ausstieg eine reine Willensfrage ist. Eine Abhängigkeit ist mit einer chronischen Krankheit vergleichbar – mit ihren vielschichtigen und komplexen Ursachen erfordert sie oft eine längerfristige Behandlung.

Wir verfolgen dabei keinen erzieherischen Ansatz, sondern akzeptieren die Entscheidungen und Ansichten unserer Patientinnen und Patienten und begegnen ihnen mit einer respektvollen und akzeptierenden Haltung.

Testen Sie Ihr Konsumrisiko mit 10 Fragen auf www.arud.ch/alkoholtest