

Fällt es Ihnen schwer, Ihren Gebrauch von Schlaf- oder Schmerzmedikamenten zu kontrollieren oder einzuschränken? Dann ist professionelle Unterstützung ratsam.

Auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Gesundheit werden Sie von unseren Therapeut:innen und Ärzt:innen 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.



Über die Arud

Wir bieten individuelle Unterstützung bei allen Suchterkrankungen: Bei Problemen mit psychoaktiven Substanzen wie Alkohol, Tabak, Cannabis, Medikamenten, Partydrogen, Kokain, Heroin sowie Anabolika oder bei Verhaltensüchten, wie der Online- oder Glücksspielsucht.

Alles unter einem Dach: Die Arud bietet eine umfassende Behandlung in den Bereichen Psychiatrie, Psychotherapie, Allgemeine Innere Medizin, Infektiologie und Sozialarbeit an. Zentral beim Hauptbahnhof Zürich gelegen, beschäftigt die Arud rund 150 Mitarbeiter:innen.

Als eine der führenden suchtmmedizinischen Institutionen der Schweiz und FMH- anerkannte Weiterbildungsstätte bildet die Arud angehende Fachärztinnen und Fachärzte aus und schult externe Fachpersonen zum Thema Sucht.

Mit ihrer Arbeit in Forschung und Praxis setzt sich die Arud seit über 30 Jahren für eine pragmatische und wissenschaftlich fundierte Suchtpolitik ein.

Medikamente Angebot für Betroffene



Arud Zentrum für Suchtmedizin

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

www.arud.ch

arud Zentrum für
Suchtmedizin

Medikamente zur Linderung von Schmerzen, als Einschlafhilfe oder zur Leistungssteigerung sind in Schweizer Haushalten weit verbreitet.

Das Abhängigkeitsrisiko, das von den Tabletten ausgeht, wird dabei häufig unterschätzt. Insbesondere Schlaf- und Beruhigungsmittel werden teils über Monate oder Jahre hinweg eingenommen, um Schlaflosigkeit, Unruhe, Stress oder Ängste zu bekämpfen – eine schleichende Gewöhnung ist die Folge.

Nebst körperlichen Auswirkungen hat der langfristige Gebrauch solcher Medikamente häufig auch psychische, soziale oder berufliche Beeinträchtigungen zur Folge.

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?

Werden Schlaf- und Beruhigungsmittel nur kurzfristig und in niedriger Dosierung eingenommen, sind keine negativen Auswirkungen zu erwarten. Bei einer langfristigen Einnahme ist das Risiko, abhängig zu werden, jedoch sehr hoch – unabhängig von der Höhe der Dosierung.

Weitere Nebenwirkungen können unter anderem sein:

- Emotionales Desinteresse, depressive Verstimmungen, Gereiztheit
- Gedächtnisstörungen
- Schnellere Erschöpfbarkeit
- Persönlichkeitsveränderungen
- Gefahr von Unfällen und Stürzen

Testen Sie Ihr Konsumrisiko mit 6 Fragen auf www.arud.ch/selbsttest

Angebot

Unsere Ärzt:innen, Psychiater:innen, Psycholog:innen und Sozialarbeiter:innen 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.

Allgemeine Innere Medizin

Hausärztliche Behandlung 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 Patient:innen und begegnen ihnen mit einer unvoreingenommenen und respektvollen Haltung.