

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 Therapeuten und Ärztinnen fachkundig, offen und respektvoll begleitet. Sie erhalten eine individuelle und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung.

Wir begegnen Patientinnen und Patienten mit einer respektvollen und akzeptierenden Haltung. Unser Behandlungsansatz ist nicht primär abstinenzorientiert.

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



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 Verhaltensstörungen.

Die Arud ist eine der führenden suchtmmedizinischen Institutionen in der Schweiz. Sie beschäftigt an ihren beiden Standorten in Zürich und Horgen rund 110 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

Medikamente

Angebot für Betroffene

Tel. 058 360 50 00
www.arud.ch

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.

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.

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

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

Weitere Informationen zu unserem Angebot finden Sie unter www.arud.ch/medikamente

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