

## Adressen, an die Sie sich wenden können

### SOFA (Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen)

72622 Nürtingen, Sigmaringer Str. 49  
Telefon 0711 3902-43330  
Telefax 0711 3902-53330  
[sofa@gpz-nt.de](mailto:sofa@gpz-nt.de)

### Suchtberatungsstelle Esslingen

73728 Esslingen a.N., Kollwitzstr. 8  
Telefon 0711 3511 432  
[psb@esslingen.de](mailto:psb@esslingen.de)

### Beratungsstelle Sucht und Prävention Landkreis Esslingen

Telefon 0711 3902 48480  
[info@suchtundpraevention-es.de](mailto:info@suchtundpraevention-es.de)

### Standort Nürtingen

Kirchstr. 17, 72622 Nürtingen  
Telefax 0711 3902 58337

### Standort Kirchheim

Marktstr. 48, 73230 Kirchheim unter Teck  
Telefax 0711 3902 58325

### Standort Esslingen

Wehrneckerstr. 2, 73728 Esslingen  
Telefax 0711 3902 58327

### Standort Leinfelden-Echterdingen

Bernhäuser Str. 10,  
70771 Leinfelden- Echterdingen  
Telefax 0711 3902 58329

### Beauftragte für Suchtprävention/ Kommunale Suchtbeauftragte

Christiane Heinze  
Marktstr. 48  
73230 Kirchheim unter Teck  
Telefon 0711 3902-41578  
[suchtpraevention@LRA-ES.de](mailto:suchtpraevention@LRA-ES.de)

## Redaktionsteam

Fachgruppe „Sucht im Alter“ des Aktionskreises  
Suchtprophylaxe im Landkreis Esslingen

Unterstützt durch das Ministerium für Soziales und  
Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

### Kontakt

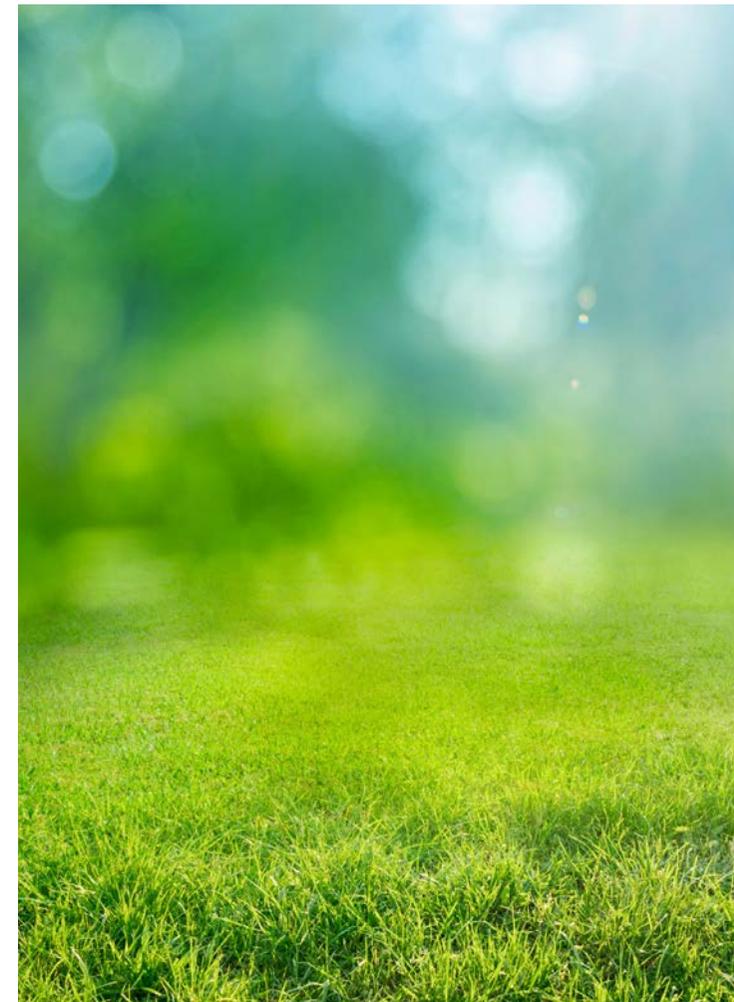
Landratsamt Esslingen  
Beauftragte für Suchtprävention/  
Kommunale Suchtbeauftragte  
Beratungsstelle Sucht und Prävention  
Marktstr. 48  
73230 Kirchheim unter Teck  
Telefon 0711 3902-41578  
Telefax 0711 3902-51578  
[suchtpraevention@LRA-ES.de](mailto:suchtpraevention@LRA-ES.de)  
[www.suchtundpraevention-es.de](http://www.suchtundpraevention-es.de)

### Impressum

© Juni 2021  
Landratsamt Esslingen  
Alle Rechte vorbehalten  
**Bildnachweis**  
AdobeStock\_337686234  
AdobeStock\_194402433

# „Sucht im Alter“

## Infobrief für ältere Menschen und Angehörige



## Sucht im Alter

Älter werden, alt werden, alt sein:

Gerade in diesem Lebensabschnitt häufen sich Grenzsituationen und Lebenskrisen, wie zum Beispiel der Eintritt in den Ruhestand, das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden, Einschränkungen in der Selbstständigkeit, Beeinträchtigung der Gesundheit, Verlust des Lebenspartners und andere einschneidende Ereignisse.

Hinzu kommt, dass Altsein in unserer Gesellschaft meist negativ gesehen wird. Dieses Bild machen sich ältere Menschen häufig zu eigen und erleben ihr Alter als Belastung und Krise.

Medikamente und Alkohol können in Krisensituationen kurzfristig das Gefühl vermitteln, mit der Situation besser fertig zu werden. Auf Dauer eingenommen, kann beides aber zu einer Suchtentwicklung führen. Ein sorgsamer Umgang mit Alkohol und Medikamenten ist deshalb für ein selbstbestimmtes Leben eine wesentliche Voraussetzung.

Sucht im Alter ist ein besonders tabuisiertes Thema.

## Hinweise für Betroffene

Mit zunehmendem Lebensalter verändert sich der Körper und die Verträglichkeit gegenüber Alkohol und Medikamenten nimmt ab. Wenn die Einnahme von Medikamenten medizinisch notwendig ist, sollte deshalb ganz auf Alkohol verzichtet werden.

- Jede länger dauernde Einnahme von Schmerz-, Schlaf- oder Beruhigungsmitteln sollte von Zeit zu Zeit kritisch überprüft werden.
- Teilen Sie Ihrem Hausarzt mit, wenn Sie weitere Medikamente nehmen, die nicht von ihm verordnet wurden.
- Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arzt nach Alternativen. Bei Rezeptverlängerungen kann es hilfreich sein, im Gespräch mit dem behandelnden Arzt Alternativen einzubeziehen.

Hilfe und Unterstützung gibt es sowohl für die Bewältigung von Lebenskrisen als auch bei Suchtproblemen.

## Hinweise für Angehörige

Gerade ältere Menschen haben im Laufe ihres Lebens Gewohnheiten entwickelt und haben ein Recht auf freie Gestaltung des eigenen Lebens.

Es geht nicht um ein generelles Verbot von Alkohol oder Medikamenten.

Suchtmittelkonsum unterstützt Menschen oftmals in der Bewältigung der Lebenssituation. Allerdings ist der Übergang in ein suchtgefährdendes Verhalten fließend.

Wichtig ist die aufmerksame Wahrnehmung von Veränderungen im Konsumverhalten von Alkohol, so wie die erwünschte Wirkung und unerwünschte Nebenwirkung von Medikamenten.

Wichtig ist auch ein offener Kontakt zwischen Ihnen als Angehörigen, den ambulanten Diensten und dem Arzt/der Ärztin.

In unseren Beratungsstellen bekommen Sie Informationen rund um das Thema „Sucht im Alter“:

### Wir unterstützen und begleiten Sie:

- bei der Einschätzung der Situation
- auf der Suche nach Unterstützung, Lösungsmöglichkeiten und Entlastung

