

Alkoholsucht bekämpfen

vom 12.01.2008



Hermann Bürgermeister

Hermann Bürgermeister ist beim Kreuzbund Leiter der Informations- und Aufbaugruppe. Wie viele ehrenamtliche Mitarbeiter in der Selbsthilfeorganisation, so hat auch der 53-jährige Raunheimer, Vater von zwei erwachsenen Töchtern und von der Ehefrau getrennt lebend, Erfahrungen mit Alkoholsucht gemacht.

Wie ist es bei Ihnen zur Sucht gekommen und welche Auswirkungen hatte das?

Bürgermeister: Ich habe schon immer gerne was getrunken. Im Jahr 1986 bin ich dann an der Wirbelsäule erkrankt. Der Alkohol war von da an Schmerzmittel und Seelentröster. In kurzer Zeit bin ich in die Abhängigkeit geraten. Ende der 80-er Jahre besuchte ich dann das erste Mal eine Therapie und war daraufhin zehn Jahre abstinent. Da ich nicht verinnerlicht hatte, dass ich suchtkrank bin, habe ich jedoch wieder angefangen zu trinken.

Dachten Sie, dass Sie Ihren Alkoholismus kontrollieren können?

Bürgermeister: Man glaubt zwar, man kann das kontrollieren, aber das ist ein Ding der Unmöglichkeit. Fünf Jahre lang habe ich unzählige Versuche unternommen, wieder davon los zu kommen. Ende Oktober 2005 wollte ich mich selbst entgiften. Das ist das Gefährlichste was man machen kann, ohne ärztliche Hilfe zu entgiften! Ich bin in der Wohnung umgekippt und habe mir dabei das rechte Jochbein zertrümmert. Die Scham war so groß, dass ich mich zunächst nicht vor die Tür getraut habe. Ich begann erneut zu trinken und bin im Vollrausch gestürzt. Da habe ich den Entschluss gefasst, endlich aufzuhören. So wollte ich nicht enden!

Wie sind sie zum Kreuzbund gekommen?

Bürgermeister: Ich bin zunächst ins Krankenhaus gefahren und habe gesagt, ich habe ein Alkoholproblem, helft mir! Nach einer einwöchigen Behandlung habe ich mit Unterstützung von Dr. Andreas Egry und der Caritas eine dreimonatige Therapie in der Suchtklinik Schloss Falkenhof gemacht. Danach habe ich bei der Caritas eine ambulante Therapie begonnen. Seit dem vergangenen Jahr bin ich Mitglied im Kreuzbund. Dort möchte ich für andere Wegbegleiter sein, um die Sucht in den Griff zu bekommen.

Was haben Sie selbst in der Therapie gelernt?

Bürgermeister: Nicht hin zugehen und zu sagen, **helft mir! Denn man kann sich eigentlich nur selbst helfen.** Die Teilnahme an einer Kreuzbund-Gruppe ist dafür eine ideale Unterstützung.

Das Gespräch führte

Michael Kapp

Quelle: © Mainspitze vom 12.1.2008