

JANUAR 2020 | MALLORCA

# FROHES NEUES JAHR!

Der Newsletter von INSTITUTO DR. SCHEIB



## IN DIESER AUSGABE

ALKOHOL  
THERAPIEKONZEPTE

NEUER WORKSHOP  
FACHARZTWEITERBIL  
DUNG

## Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Zuviel Alkohol ist schädlich.

Das ist seit langem bekannt. Andererseits sind alkoholische Getränke Teil unserer Kultur. Gerade jetzt an den Feiertagen wird das besonders deutlich. Ob es einen wirklich unbedenklichen Konsum gibt im Sinne einer sogenannten J-Kurve (etwas Alkohol ist gesünder als keiner, viel Alkohol ist aber definitiv ungesund) oder eine absolute Abstinenz die gesündeste Lebensweise darstellt ist umstritten, insbesondere wie stark sich das auf die durchschnittliche Lebenserwartung auswirkt.

Die Entscheidung, welches Risiko bin ich bereit für Genuss oder Spass einzugehen muss jeder selbst treffen – nicht nur beim Alkohol.

Das Ziel einer absoluten Alkoholkarenz als einzige Option bei schädigendem oder abhängigem Konsum habe ich schon immer für wenig sinnvoll erachtet. Schliesslich wollen nur etwa 10% aller Problemtrinker wirklich abstinent werden, müssen aber dem Arzt gegenüber die Unwahrheit sagen, wenn sie überhaupt Hilfe erhalten wollen. Zum Glück hat sich das in den letzten Jahren etwas geändert, seit auch ein Medikament zum besseren Erreichen eines kontrollierten Konsums auf dem Markt ist: **Nalmefen**. Medikamente, die das Erreichen des Therapiezieles für Suchtkranke einfacher machen, sind aber weiterhin der Mehrzahl der Ärzte nicht bekannt.



Ebenfalls weitestgehend unbekannt ist die Wirkung der **transkraniellen Magnetstimulation** auf den Suchtdruck. Und das nicht nur bei Alkohol, sondern auch bei Kokain und nicht stofflichen Süchten wie Spielsucht usw.

Eine besonders interessante Entwicklung haben Ravi Das (University College London) und seine Arbeitsgruppe kürzlich in Nature veröffentlicht: Die Kombination von **Ketamininfusionen mit Verhaltenstherapie** zum Überschreiben des Suchtgedächtnisses:  
<https://doi.org/10.1038/s41467-019-13162-w>

Alkoholabhängigkeit wurde noch 2019 vom ZI Mannheim als Kontraindikation für die Ketaminbehandlung von Depressionen eingestuft – was ich allerdings nie so eindeutig gesehen habe. Aber es bestätigt sich wieder einmal, dass das einseitige ausschliesslich pharmakologische Vorgehen nicht das Potenzial der Ketamin-Therapie ausschöpft. Psychotherapie zusammen mit Pharmakotherapie und Stimulationsverfahren sehe ich als die Zukunft!



*All diese Verfahren wenden wir auf Mallorca schon längere Zeit an: Intensive Psychotherapie, rTMS und Ketamin – neuerdings auch kombiniert mit Hypnose.*

## MPS-Programm

Workshop für Ketamin Psychotherapie Hypnose

Im kommenden Jahr 2020 plane ich übrigens gemeinsam mit unserer Hypnose-Therapeutin Sophie-Charlotte Adler, M.Sc., einen Workshop zum Thema Ketamin – Psychotherapie – Hypnose. Interessenten können sich vorab bereits melden bei [sophie.adler@psychosomatik.com](mailto:sophie.adler@psychosomatik.com)



Für viele **die letzte Möglichkeit** noch vor Änderung der Weiterbildungsordnung mit der **Ausbildung zur fachgebundenen Zusatzbezeichnung**

**Psychotherapie** zu beginnen ist vom **23. Bis zum 29. Februar in Benalup** (Andalusien).

Teilnehmen können alle Ärztinnen und Ärzte auch vor Abschluss der Facharztweiterbildung. Die Weiterbildungsrichtlinien bei Beginn der Ausbildung gelten dann auch für die gesamte Ausbildungsdauer. Geführt werden kann die Zusatzbezeichnung dann mit der Facharztbezeichnung. Näheres dazu auf [www.dr-scheib.de](http://www.dr-scheib.de)

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen guten Start ins Neue Jahr – ob mit oder ohne oder mit wenig Alkohol!

*Ihr Mario Scheib*



# FOLGEN SIE UNS



