An elephant is shown from behind, balancing on a colorful beach ball on a sandy beach. The background is a clear blue sky with some light clouds. The elephant's trunk is curled on the ground.

Selbstheilung bei Suchterkrankungen: Was können wir daraus lernen?

Hans-Jürgen Rumpf

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Forschungsgruppe S:TEP

(Substanzmissbrauch: Therapie, Epidemiologie und Prävention)

Universität zu Lübeck

- 1. Kurzintervention**
- 2. Motivational Interviewing**
- 3. Acamprosat**
- 4. Naltrexon**
- 5. Training sozialer Fertigkeiten**
- 6. Community Reinforcement Approach**
- 7. Verhaltensverträge**
- 8. VT Paartherapie**
- ...
- 42. Entspannungsverfahren**
- 43. Konfrontative Beratung**



Mesa Grande Analyse: Miller & Wilbourne (2002) Addiction 97, 265-277

Navigation

Aktuelles

DG-Sucht

Vorstand

Mitglieder

Nachwuchsgruppe

S3-Leitlinien

> Koordination

> Leitliniengruppe

> Methodik

Sie sind hier: [Startseite](#) > S3-Leitlinien

Neu: S3-Leitlinien



Seit Herbst 2010 werden unter der Federführung der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung (DG-Sucht) und der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) neue, interdisziplinäre S3-Leitlinien zum Screening, der Diagnostik und der Therapie von alkohol- und tabakbezogenen Störungen erarbeitet. An diesem komplexen und methodisch anspruchsvollen Forschungsprogramm beteiligen sich 50 Fachgesellschaften, Berufsverbände, Patienten- und Angehörigenvertreter aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Über 70

Suchtexpertinnen und -experten aus Forschung und Praxis unterstützen den Entwicklungsprozess ehrenamtlich, der im Rahmen der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) stattfindet.

Suchtspezifische Hilfen bei Alkoholabhängigen

14,5% weitergehend

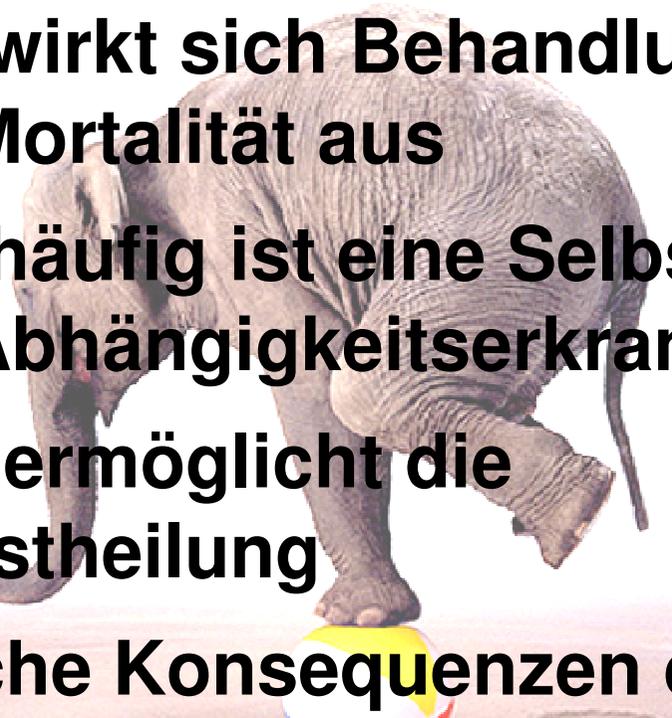
14,5% geringfügig

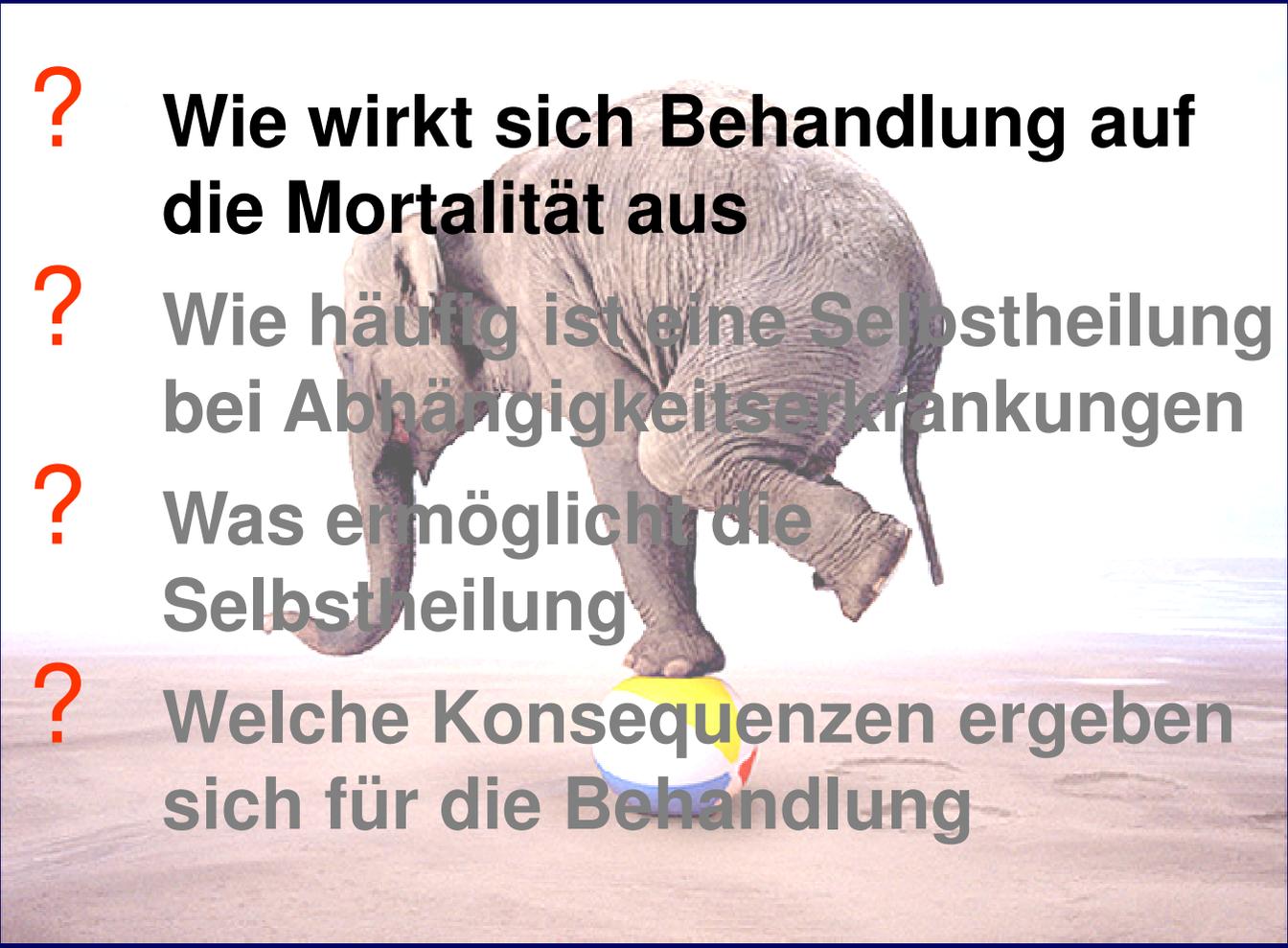
70,9% keine

Rumpf et al. (2000) Sucht 46, 9-17



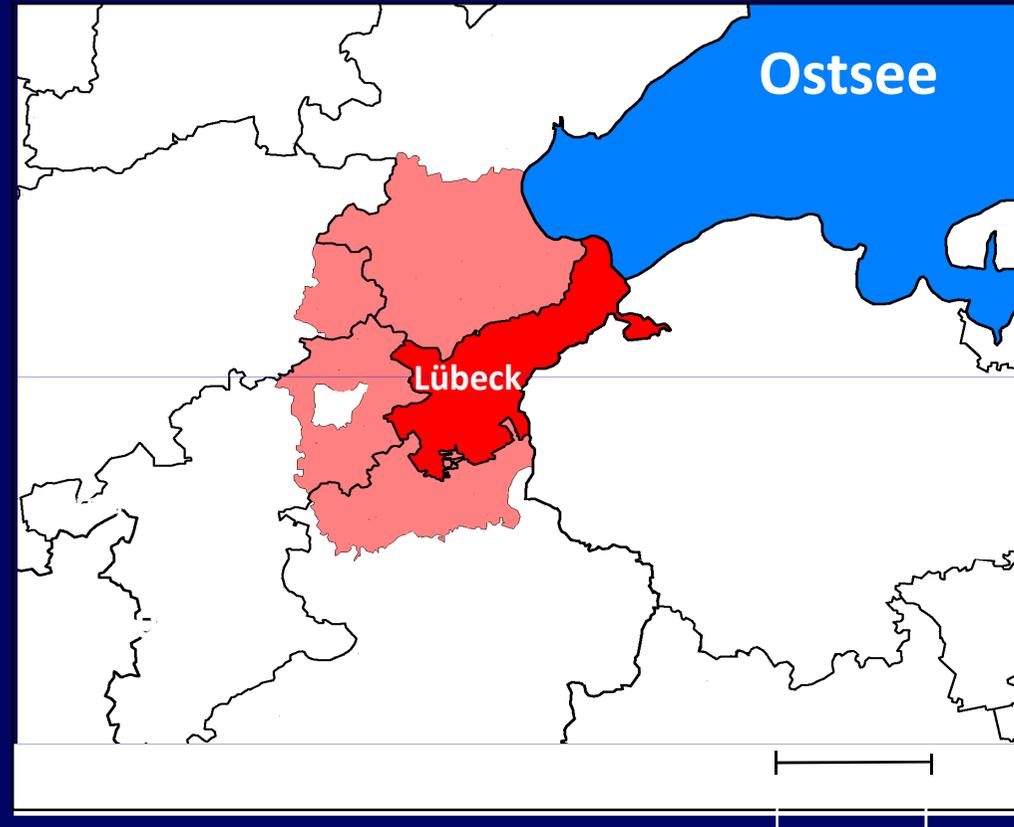


- 
- An elephant is shown balancing on a colorful ball (yellow, blue, and red) on a sandy beach. The elephant is leaning forward, with its trunk and legs extended to maintain balance. The background shows the ocean and a clear sky.
- ? **Wie wirkt sich Behandlung auf die Mortalität aus**
 - ? **Wie häufig ist eine Selbstheilung bei Abhängigkeitserkrankungen**
 - ? **Was ermöglicht die Selbstheilung**
 - ? **Welche Konsequenzen ergeben sich für die Behandlung**

- 
- An elephant is shown balancing on a colorful beach ball on a sandy beach. The elephant is leaning forward, with its front legs extended and its back legs tucked under. The background shows the ocean and a clear sky. The text is overlaid on the image.
- ? **Wie wirkt sich Behandlung auf die Mortalität aus**
 - ? **Wie häufig ist eine Selbstheilung bei Abhängigkeitserkrankungen**
 - ? **Was ermöglicht die Selbstheilung**
 - ? **Welche Konsequenzen ergeben sich für die Behandlung**

TACOS-Studie

- Stadt Lübeck und 46 umliegende Gemeinden
- 325.107 Einwohner
- Zufallsstichprobe Einwohnermeldeämter
- 18-64 Jahre
- 4075 Teilnehmer
- Teilnahmerate 70%



■ Lübeck Stadt

■ Einzugsgebiet Lübecks

Methoden

Fälle

n=153 Personen mit Alkoholabhängigkeit DSM-IV

Lebenszeitprävalenz von 3,8 % (3,2-4,3%)

n= 98 remittiert

n= 55 aktual

Vitalstatus

Einwohnermeldeamtsanfrage 14 Jahre nach Baseline

Erhebung => Lebend oder Todesdatum

Informationen ermittelt für N=149 Personen

Ergebnisse

149 Alkoholabhängige

Vitalstatus	<u>Lebend</u>	<u>Verstorben</u>	<u>Total</u>
Frauen (30) %	76,7	23,3	100
Männer (119) %	82,4	17,6	100
Alter Mittelw (SD)	41,2 (11,4)	50,8 (10,4)	
Alkoholabhängigkeit Schwere (SESA) Mittelw (SD)	23,3 (23,9)	36,6 (26,3)	

John, Rumpf, Bischof, Hapke, Hanke & Meyer (2013) Alcoholism: Clinical and Experimental Research

Ergebnisse

149 Alkoholabhängige

Versterberate in Vergleich zur altersentsprechenden Bevölkerung Deutschlands

Frauen **4,6-fach erhöht**

Männer **1,9-fach erhöht**

John, Rumpf, Bischof, Hapke, Hanke & Meyer (2013) Alcoholism: Clinical and Experimental Research

Ergebnisse

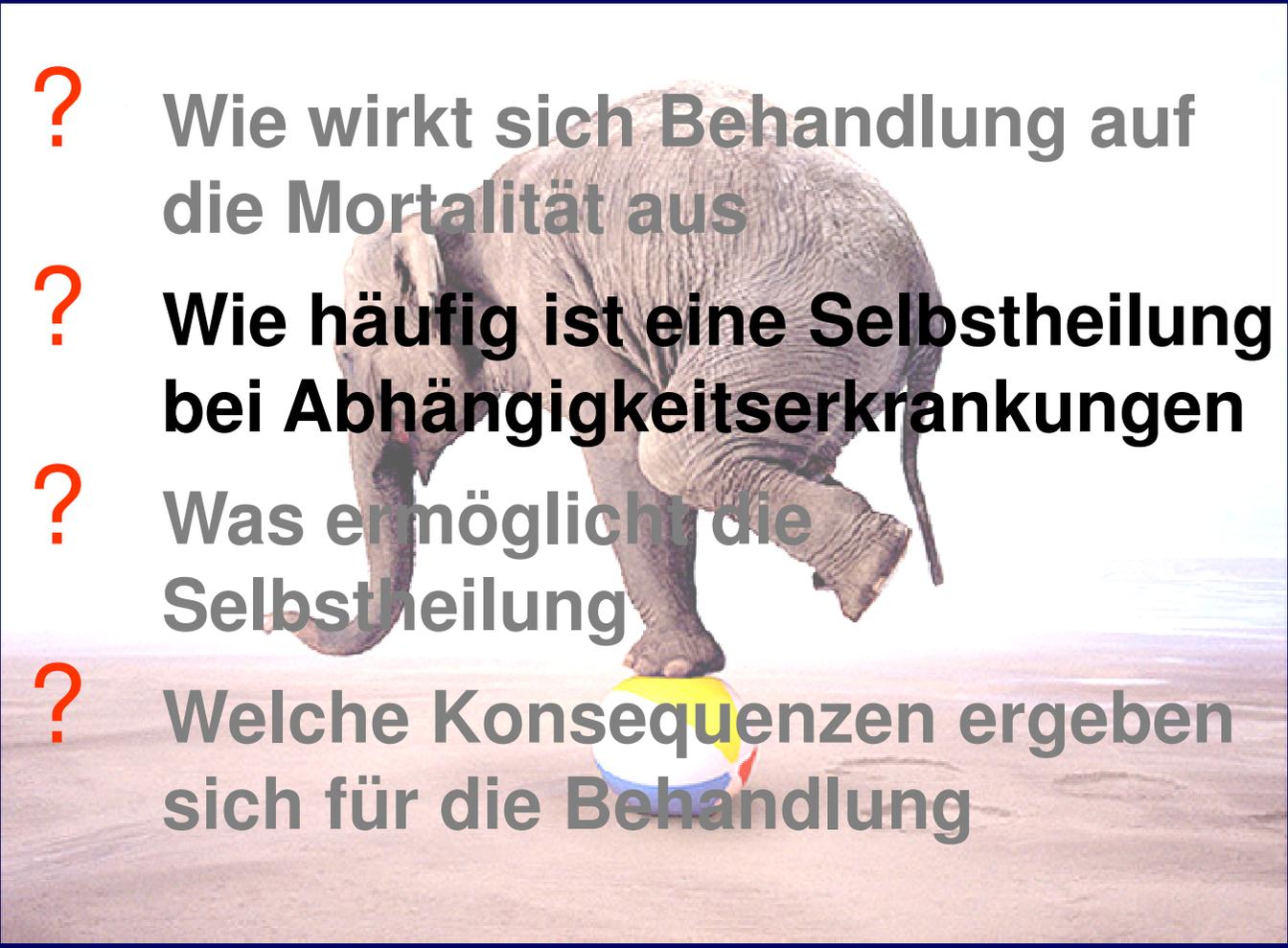
149 Alkoholabhängige

	<u>Lebend</u>	<u>Verstorben</u>	<u>Total</u>
Entwöhnungsbehandlung			
nein	85,7%	14,3%	100
ja	76,5%	23,5%	100

John, Rumpf, Bischof, Hapke, Hanke & Meyer (2013) Alcoholism: Clinical and Experimental Research

Zwischenfazit

- **Behandlung ist wirksam.**
- **Inanspruchnahme ist gering.**
- **Teilnahme an Entwöhnungsbehandlung schützt nicht vor vorzeitigem Versterben.**
- **Für die Vermeidung von Sterbefällen kommt die Entwöhnungsbehandlung zu spät.**

- 
- An elephant is shown balancing on a beach ball on a sandy beach. The elephant is in the center of the frame, with its trunk and legs visible. The beach ball is yellow, white, and blue. The background shows the ocean and a clear sky. The text is overlaid on the image.
- ? Wie wirkt sich Behandlung auf die Mortalität aus
 - ? Wie häufig ist eine Selbstheilung bei Abhängigkeitserkrankungen
 - ? Was ermöglicht die Selbstheilung
 - ? Welche Konsequenzen ergeben sich für die Behandlung



Karl Friedrich Hieronymus Freiherr von Münchhausen



Synonyme

- **Spontaneous Remission**
- **Natural Recovery**
- **Self-change**
- **Self-regulation**
- **Selbstheilung**
- **Remission ohne formelle Hilfe**
- **Unbehandelte Remission**

Definition

- 1. Die Person hat im Verlaufe des Lebens die Kriterien für eine Abhängigkeit erfüllt.**
- 2. In den letzten 12 Monaten lag keine Abhängigkeit mehr vor.**
- 3. Im Lebensverlauf wurde keine suchtspezifische Hilfe in Anspruch genommen.**

Das Krankheitskonzept

- **Alkoholismus ist eine tödliche Krankheit, sie ist zu 100% tödlich. Niemand überlebt den Alkoholismus, wenn dieser unkontrolliert bleibt. Diese Menschen werden nicht in der Lage sein, aus eigener Kraft mit dem Trinken aufzuhören. Sie sind gezwungen, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Tun sie es nicht, gehen sie elendig zu Grunde.**

Johnson (1980): I'll quit tomorrow

Das Krankheitskonzept

- **Sucht wächst sich nicht aus. Eine unbehandelte Sucht verschlimmert sich unweigerlich, hat nicht nur ein zunehmende Schädigung zur Folge, sondern auch Haftstrafen und letzten Endes den Tod.“**

Dupont (1993): Vorwort in Ross, G.R. „Treating Adolescent Substance Abuse“

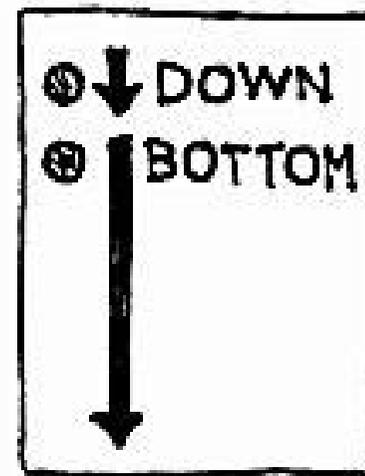
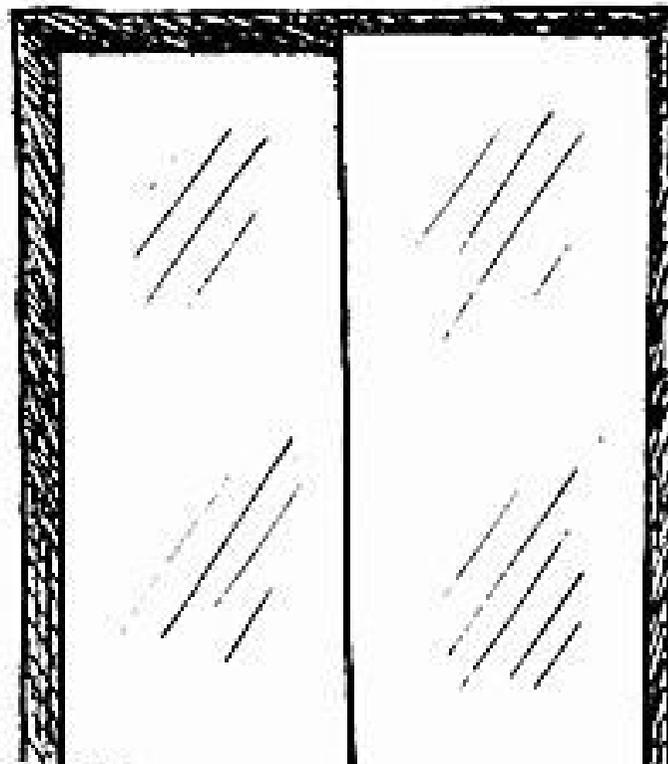
Das Krankheitskonzept

- **Unbehandelt führt die Alkoholkrankheit meist zum Tod.**

Gesundheitsberichterstattung des Bundes, 2008

ALCOHOLICS

Handwritten scribble



Die ersten Befunde

- **Winick (1962).** In Registern über Drogenabhängige nehmen die Zahlen im Längsschnitt ab.
- **Drew (1969).** Die niedrigeren Prävalenzen von Suchtproblemen in älteren Populationen sind allein durch Behandlungserfolge und Mortalität nicht erklärbar.

Die ersten Befunde

- **Robins (1974). Drogenabhängige Vietnam-Veteranen haben zum überwiegenden Teil bei Rückkehr in die USA eine Remission**
- **Nur 2-6% nehmen Hilfe in Anspruch**
- **Die Rückfallraten sind gering und bei Behandelten und Nichtbehandelten gleich.**

- **Längsschnittstudien von Vaillant, Cahalan und Fillmore: Abnahme des problematischen Alkoholkonsums ohne Inanspruchnahme von Hilfen.**

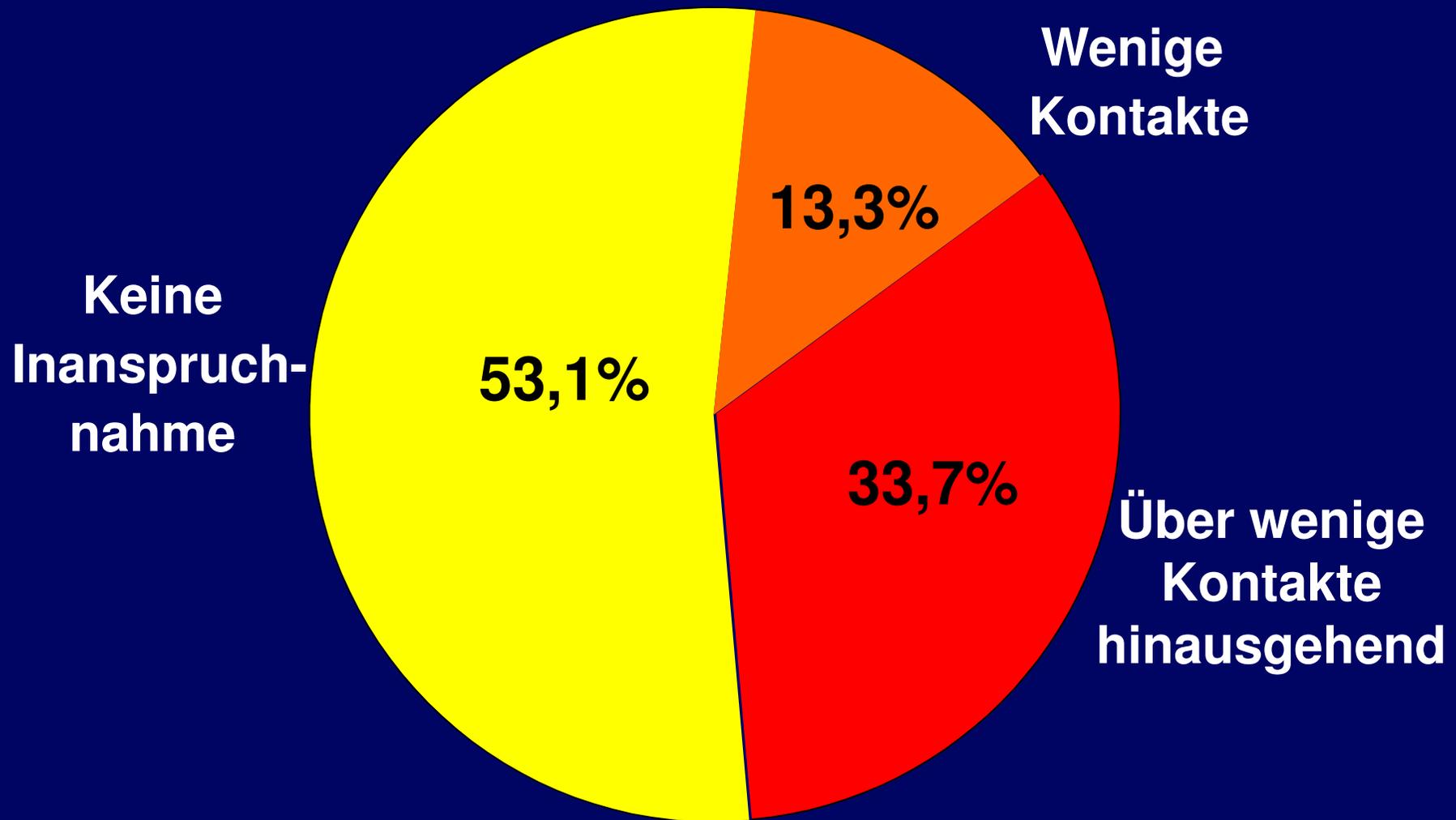
Greenfield & Clowd (1996): The Elephant that no one sees



Häufigkeit unbehandelter Remission

- **Kanada: 78% (Sobell et al. 2006)**
- **USA: 72,4% (Dawson et al., 2005)**

Inanspruchnahme von Hilfen bei remittierten Alkoholabhängigen (DSM-IV)



Behandlungs- und Remissionsrate bei Jugendlichen

14-24jährige, 3 Follow-ups innerhalb von 10 Jahren

Kontakt zum Suchthilfesystem: 4,6%

Prävalenz Remission ohne formelle Hilfe:

Alkohol: 17,2%

Cannabis: 38,3%

Illegale Substanzen: 37,4

Tabak: 20,4

Perkonigg, Rumpf, Wittchen (2009)

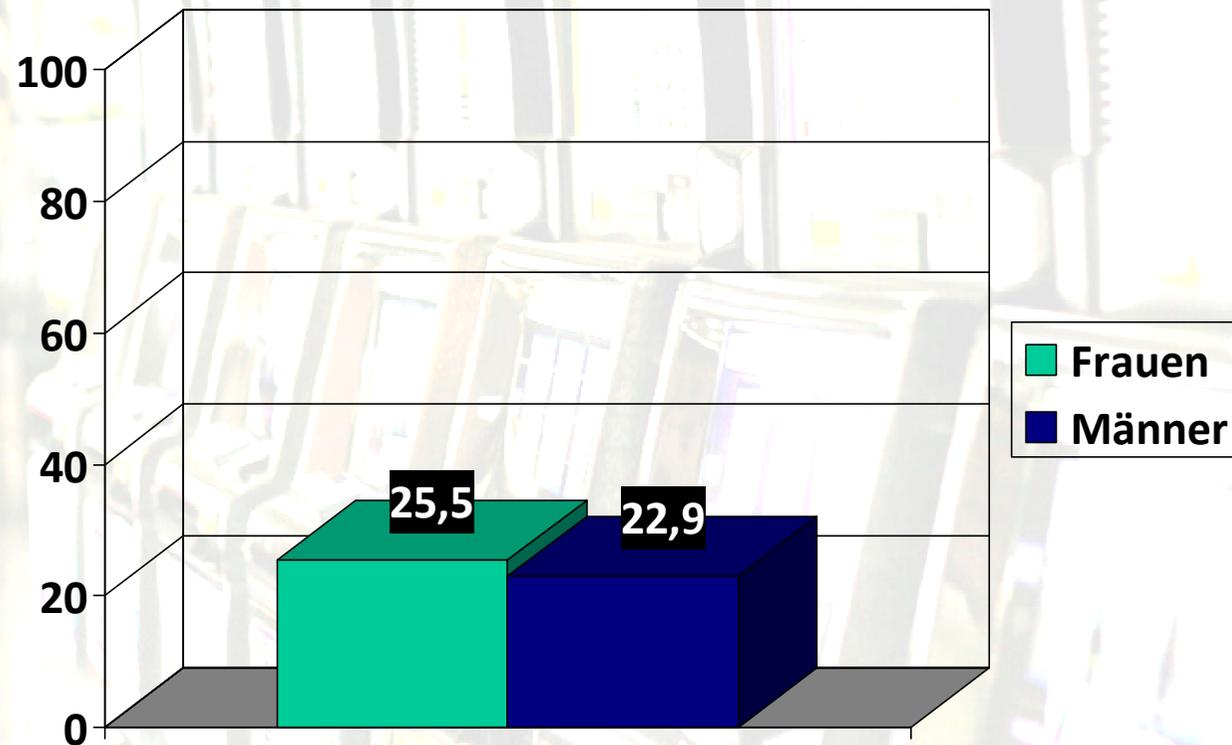
Unbehandelten Remission bei Jugendlichen

Rate der unbehandelten Remission unter allen Remissionen

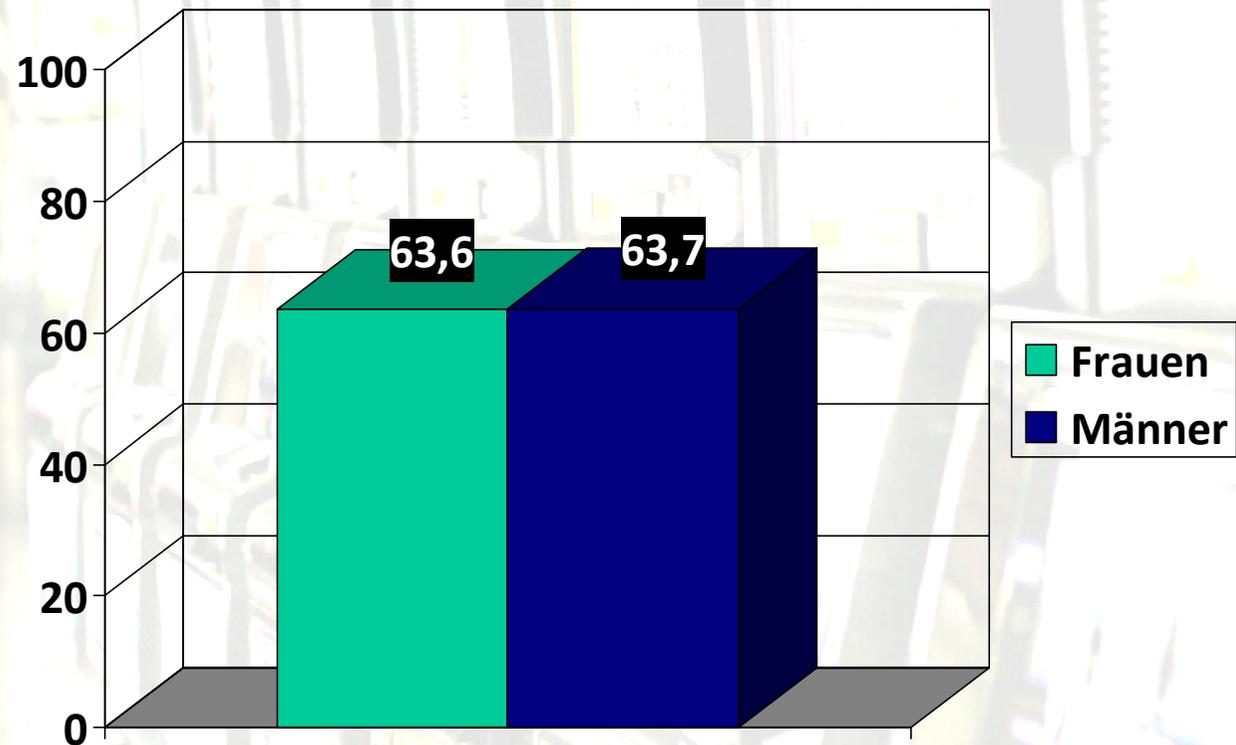
Alkohol:	86,9%
Cannabis:	85,4%
Illegale Substanzen:	95,4%
Tabak:	99,3%

Perkonigg, Rumpf, Wittchen (2009)

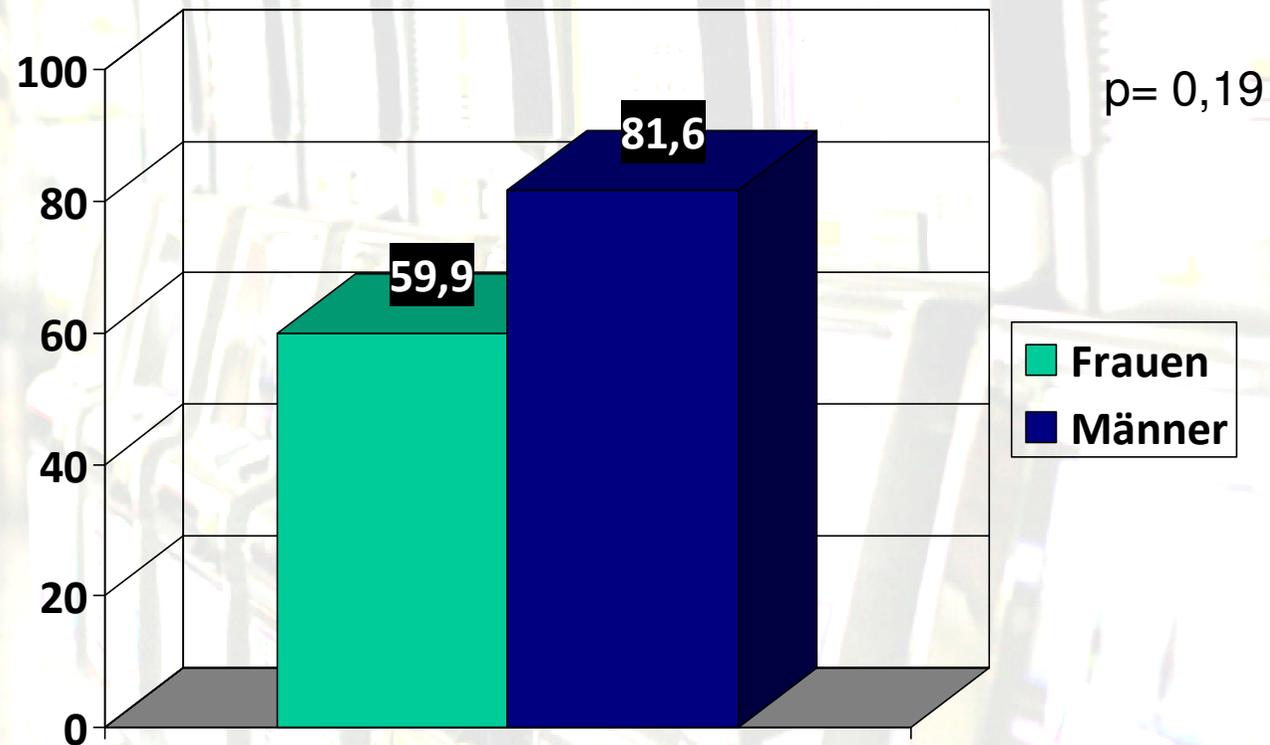
Jemals Hilfe von Fachkraft oder Selbsthilfegruppe PAGE-Studie (n=15.023)

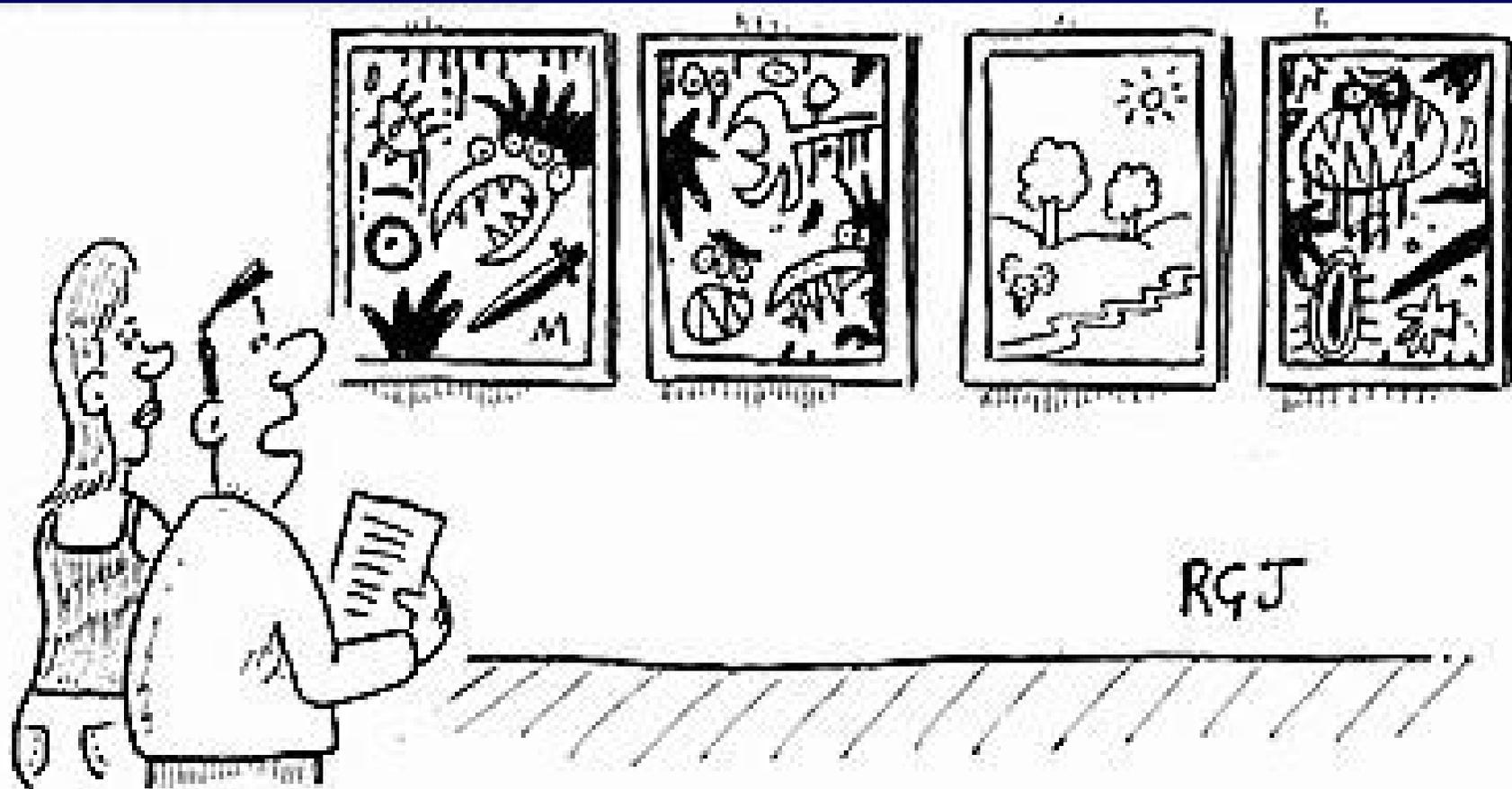


Remission PAGE-Studie



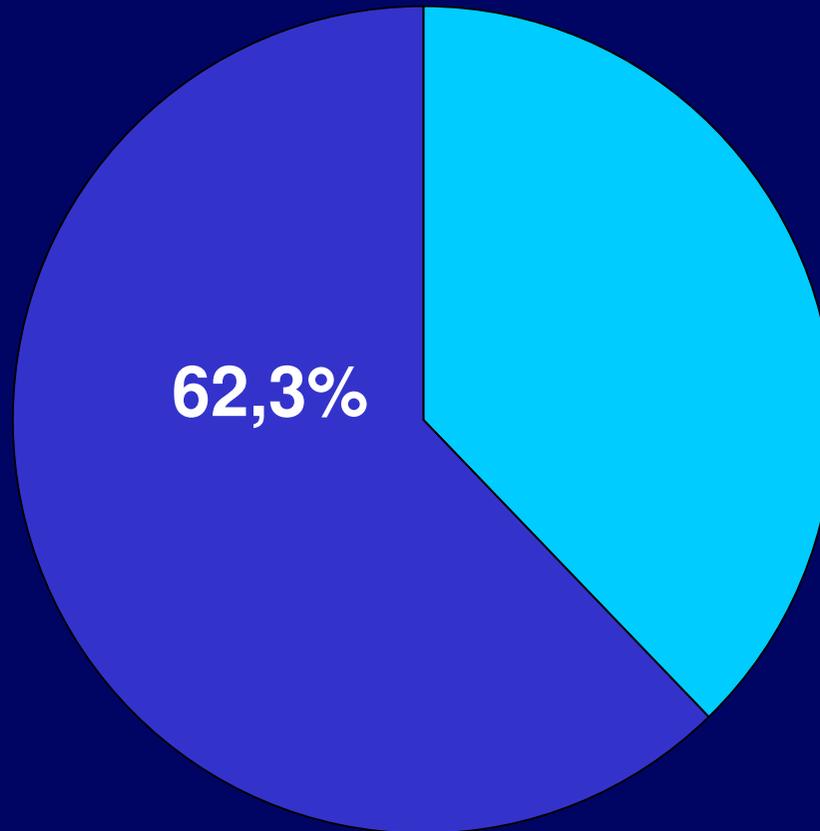
Remission ohne formelle Hilfe bei pathologischen Glücksspielen





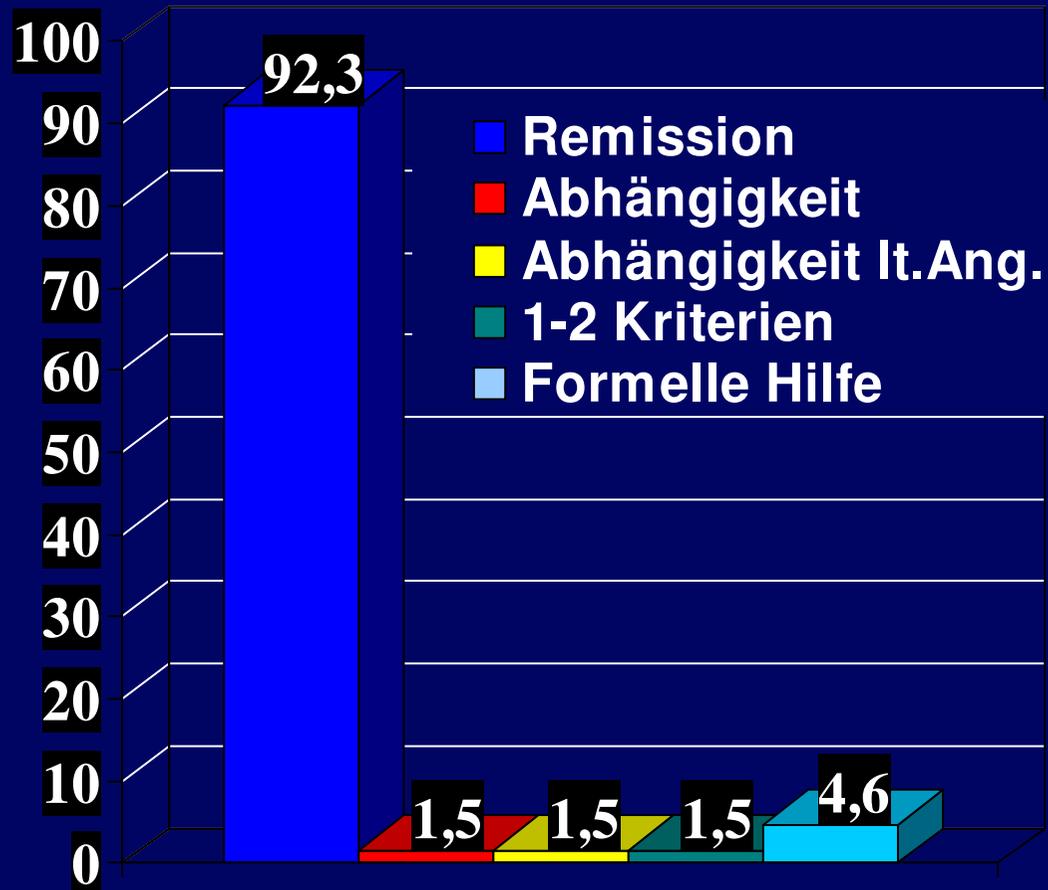
„Apparently he had occasional sober periods.“

Abstinenzzeiten (mind. 3 Monate)



Schuckit et al. (1997) J Stud Alcohol, 58:581-589

Stabilität von Remissionen ohne formelle Hilfen nach 24 Monaten

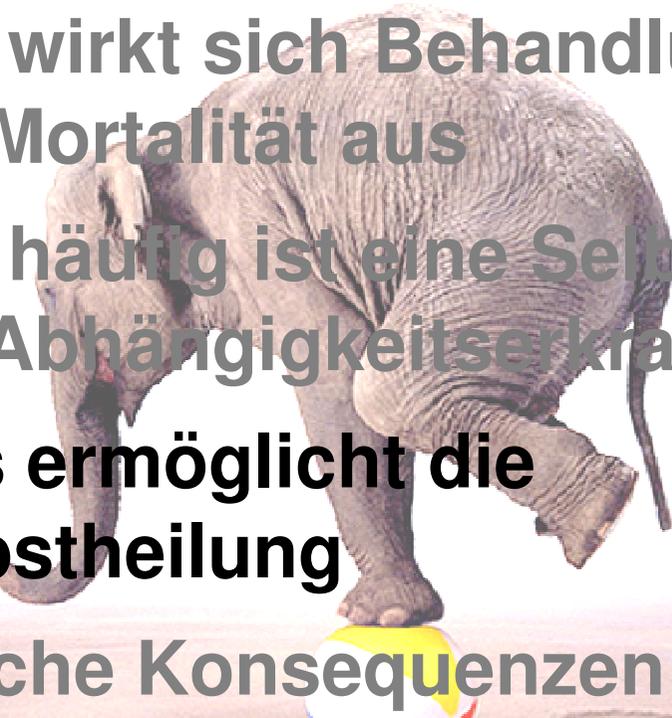


Rumpf et al. (2006) Alcohol & Alcoholism 41, 311-14

**Genutztes Wissen für die
Behandlung von Sucht**

Ungenutztes Wissen



- 
- An elephant is shown balancing on a colorful beach ball on a sandy beach. The elephant is leaning forward, with its front legs on the ball and its back legs on the sand. The background shows the ocean and a clear sky.
- ? Wie wirkt sich **Behandlung** auf die **Mortalität** aus
 - ? Wie häufig ist eine **Selbstheilung** bei **Abhängigkeitserkrankungen**
 - ? **Was ermöglicht die Selbstheilung**
 - ? Welche **Konsequenzen** ergeben sich für die **Behandlung**

Wie unterscheiden sich die Selbstremittierer von denen, die in Behandlung gehen

Insgesamt geringere Schwere der Abhängigkeit

Weniger suchtbezogene Probleme



Wie unterscheiden sich die Selbstremittierer von denen, die in Behandlung gehen?

Medienrekrutierte Selbstremittierer waren schwerer abhängig als Patienten in stationärer qualifizierter Entgiftung (Bischof et al. 2000)

Verglichen mit weiterhin Abhängigen haben Selbstremittierer eine höhere Schwere im Bereich nicht-physiologischen Abhängigkeit (Bischof et al. 2000)

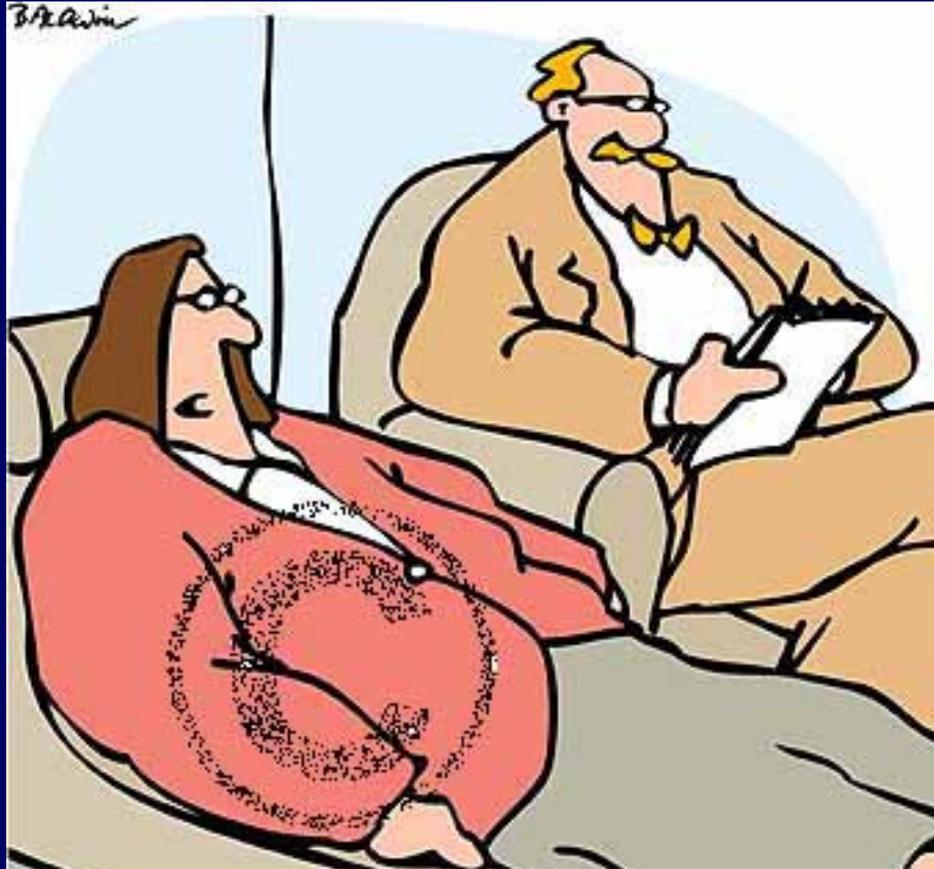
Bei der Gruppe mit dem schwersten Ausmaß an Problemen liegt die Remissionsrate ohne formelle Hilfe noch bei 54% (Cunningham et al. 2000).

Selbstremittierer Bevölkerung



Patienten in stat.
Behandlung





**Maybe I feel so depressed
because I have to pay
someone who listens to me.**

Komorbidity bei Drogenabhängigkeit

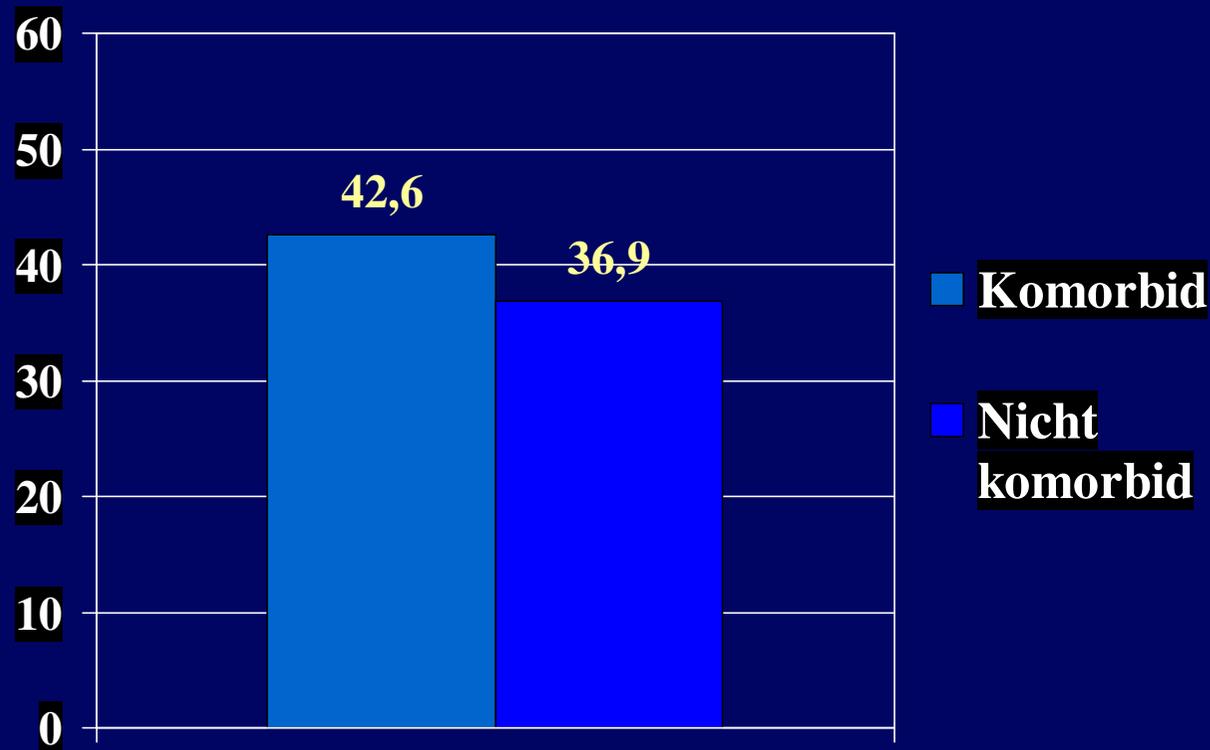
Kaum Studien

Vergleich von 50 behandlungsfreien Ex-Kokainkonsumenten und 21
behandlungsfreien Kokainkonsumenten

- Keine Unterschied hinsichtlich
psychiatrischer Komorbidity

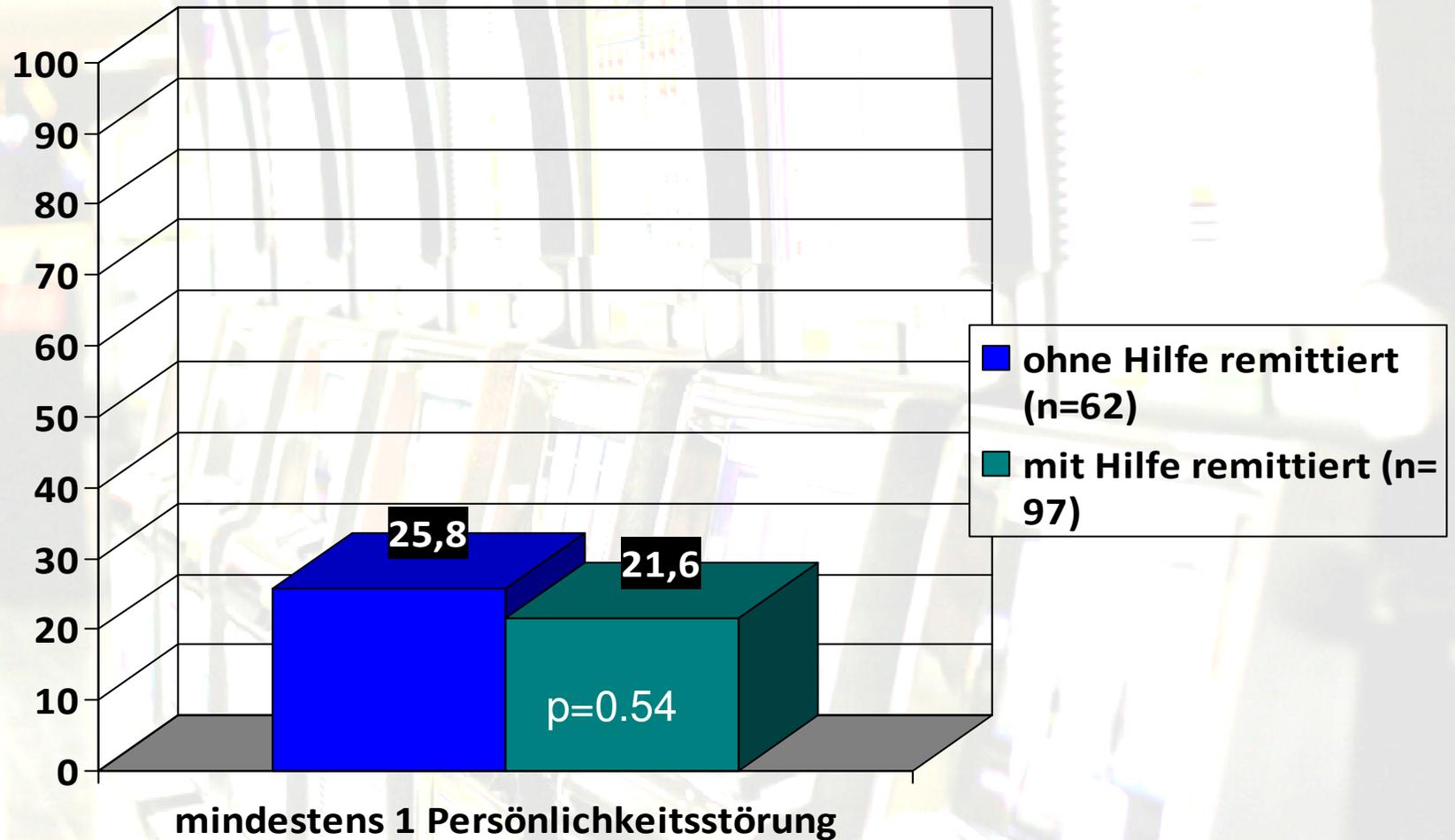
Komorbidität bei Alkoholabhängigkeit

Remissionsrate ohne formelle Hilfe unter allen Alkoholabhängigen

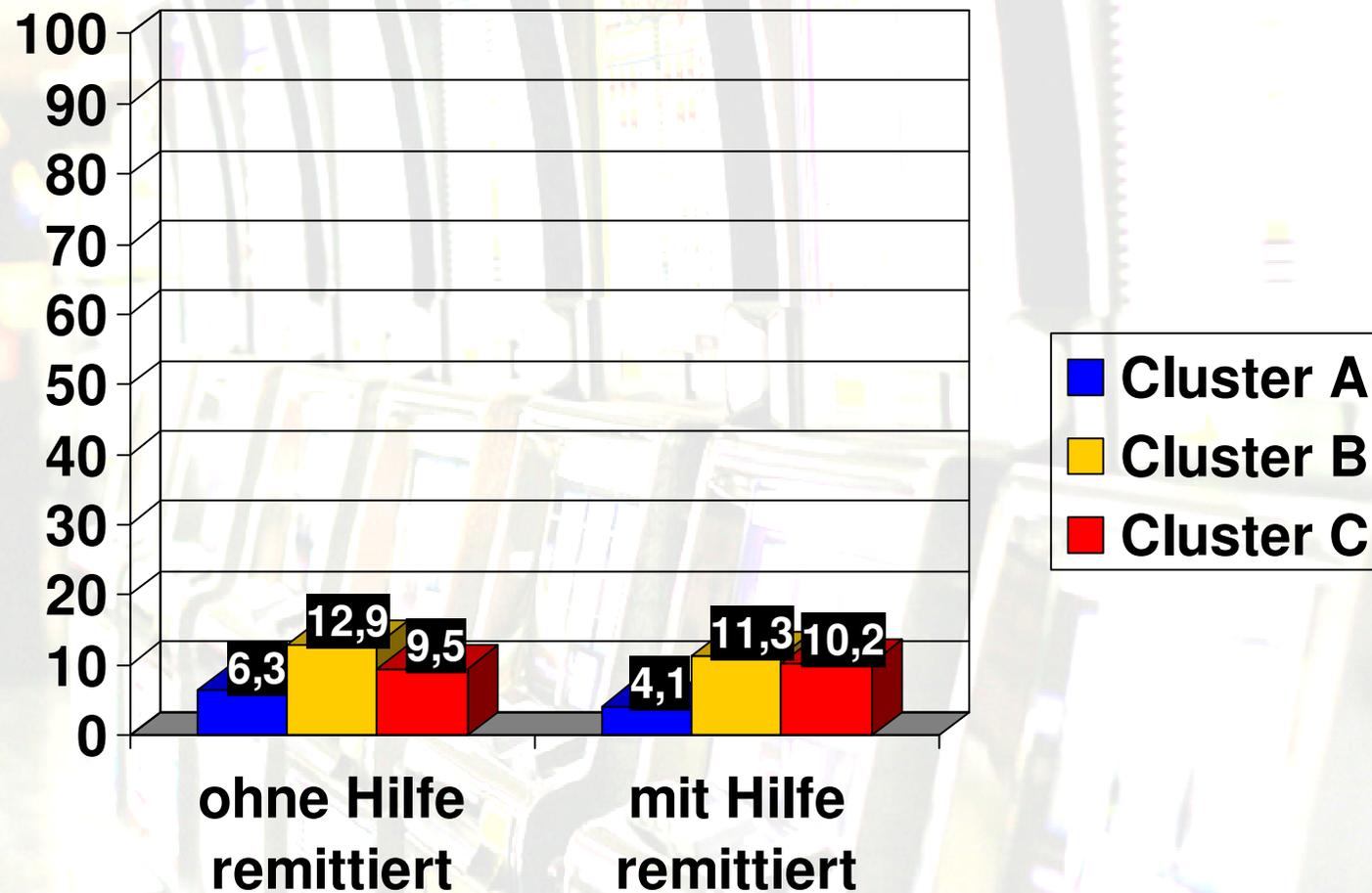


Bischof, Rumpf, Meyer, Hapke & John (2005) *Addiction*, 100, 405-13

Remission mit/ohne formelle Hilfe bei pathologischen Glücksspielern



Persönlichkeitsstörungen nach Clustern (%)



**You're in here
for excessive
drinking**

**Great! When
do we start?**



Auslöser der Remission

Auslöser, Lebensereignisse

Häufigste Bereiche (Carballo, 2007)

Familiäre Probleme

Gesundheit

Finanzielle Gründe

Wichtige Bezugspersonen

Negative persönliche Folgen

Soziale Konsequenzen

Auslöser der Remission

Retrospektive Verzerrung, Attribuierungsprozesse

Bevölkerungsstudie (Dawson et al., 2006)

**Relative wenige Ereignisse prädiktiv für Remission:
Beginn/Ende einer ersten Ehe (Remission mit
moderatem Konsum), Geburt eigener Kinder
(abstinente Remission)**

Keine Unterschiede mit/ohne Hilfe

Kognitiver Abwägungs- und Evaluationsprozess

Negative Konsequenzen des Verhaltens/Konsums gewinnen an Bedeutung (u.a. Klingemann, 1992, Sobell et al. 1993, Sobell et al. 2001)

Gegenüberstellung von negativen und positiven Aspekten (Cunningham et al. 1995)

Nutzbar für Interventionen

Transtheoretisches Modell (TTM)

Motivational Interviewing

Aufrechterhaltende Bedingungen der Remission

Positive Änderungen in den Lebensbedingungen, Lebensereignisse (Klingemann, 1991, Sobell, 1993)

Veränderungen in sozialen Rollen, die im Verlauf des Lebens übernommen werden (Cunningham et al., 2000)

Aufrechterhaltende Bedingungen der Remission

Häufigste Bereiche (Carballo, 2007, Sobell, 2000)

Soziale Unterstützung

Wichtige Bezugspersonen/Familie

Entwicklung nicht substanzbezogener Interessen

Vermeidung von Situationen, die im Zusammenhang mit dem Substanzkonsum stehen

Aspekte im Zusammenhang mit Arbeit

Änderung des Lebensstils

... aufrechterhaltende Bedingungen

Religion

Selbstkontrolle, Willensstärke

Positive persönliche Attribute

Gesundheit

Finanzielle Aspekte

Aufrechterhaltung der Remission

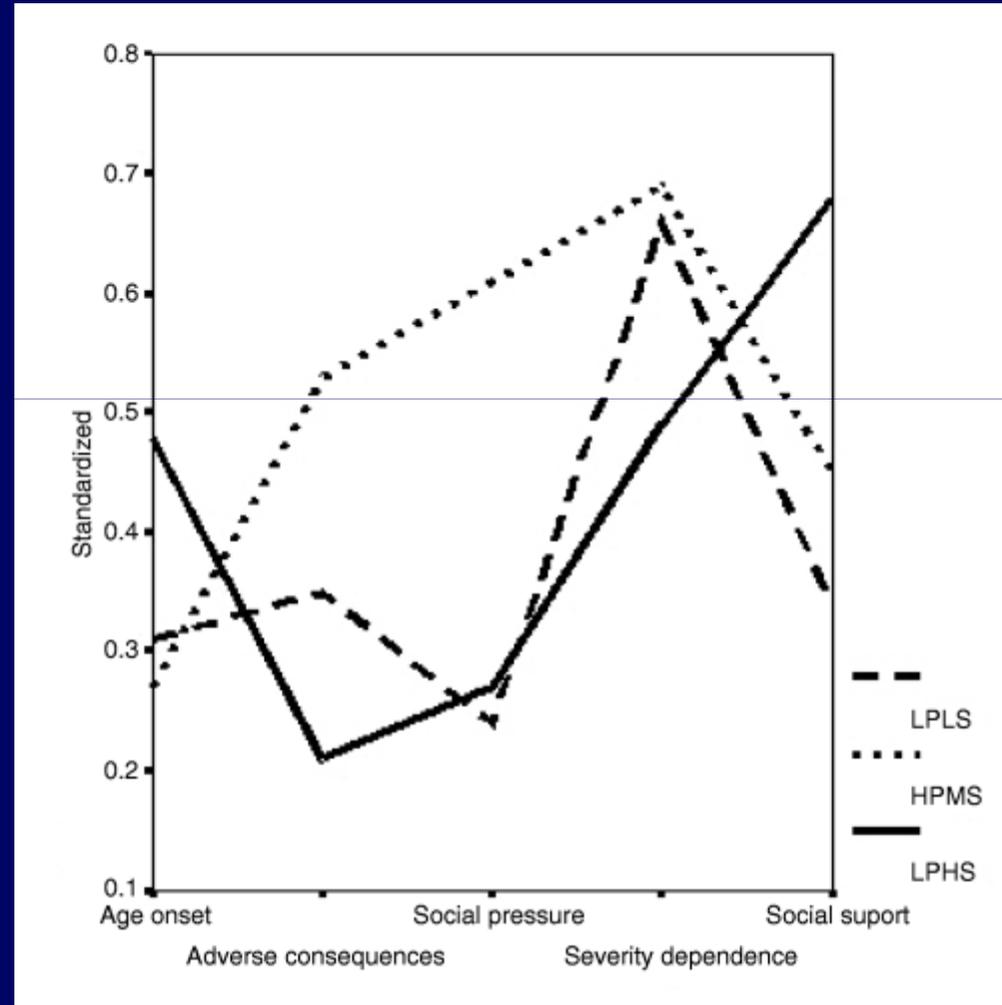
Wenig Unterschiede im Vergleich zu Selbsthilfegruppenteilnehmern (Bischof et al., 2000)

Weniger ausgeprägte Auseinandersetzung mit anderen über das Thema.

Unterschiede im Social Capital finden sich nicht durchgängig in Studien mit Kontrollgruppen.

Remission ohne Behandlung: Untergruppen (Cluster)

1. Geringe Probleme - geringe Unterstützung -----
2. Viele Probleme - mittlere Unterstützung
3. Geringe Probleme - hohe Unterstützung _____ (43%)



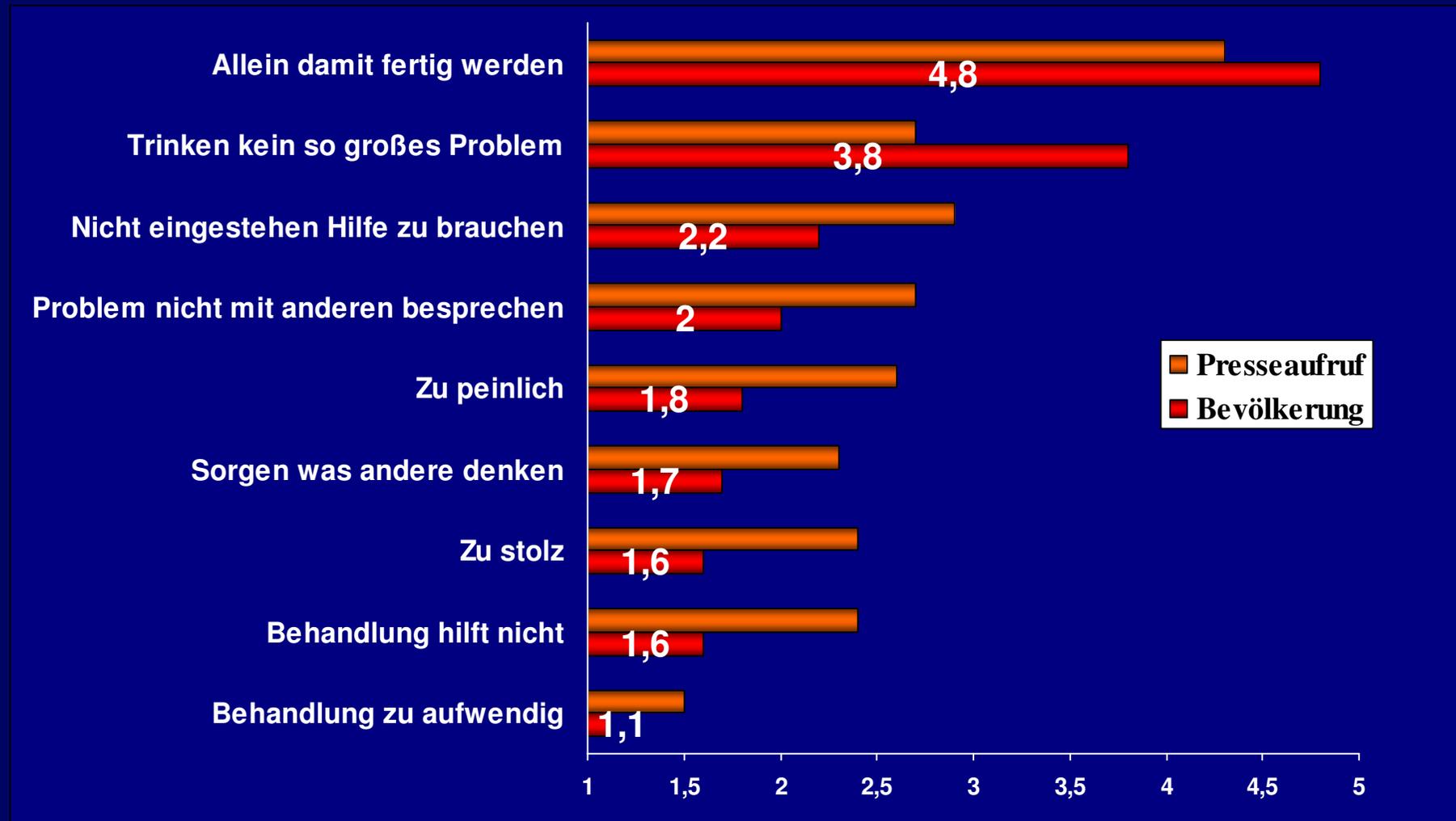


**Soziale
Unterstützung**

**Schwere der
Problematik**

- 
- An elephant is shown balancing on a colorful ball (yellow, blue, and red) on a sandy beach. The elephant is leaning forward, with its trunk and front legs extended for balance. The background shows the ocean and a clear sky.
- ? Wie wirkt sich **Behandlung** auf die **Mortalität** aus
 - ? Wie häufig ist eine **Selbstheilung** bei **Abhängigkeitserkrankungen**
 - ? Was ermöglicht die **Selbstheilung**
 - ? Welche **Konsequenzen** ergeben sich für die **Behandlung**

Gründe keine Hilfe in Anspruch zu nehmen



Konsequenzen für die Behandlung

Entstigmatisierung von Behandlung

Wahrung der Autonomie des Patienten

Stärkung des Gefühls von Selbstwirksamkeit

Der Patient sollte das Gefühl bekommen, dass er nicht in Behandlung ist.



**Motivational
Interviewing**

Partnership

Acceptance

Compassion

Evocation

Der Experte ist der Patient



Blaise Pascal, 1623-62

Menschen lassen sich in der Regel besser von jenen Gründen überzeugen, die sie selbst entdeckt haben, als von solchen, die anderen in den Sinn gekommen sind.

Blaise Pascal, Pensée Nr. 10, 1660

Community Reinforcement Approach (CRA; Hunt & Azrin; Meyers & Smith)

**Nutzung von Verstärkern aus
verschiedenen Bereichen (Familie, Beruf,
soziales Umfeld) zur Erreichung und
Aufrechterhaltung von Abstinenz.**

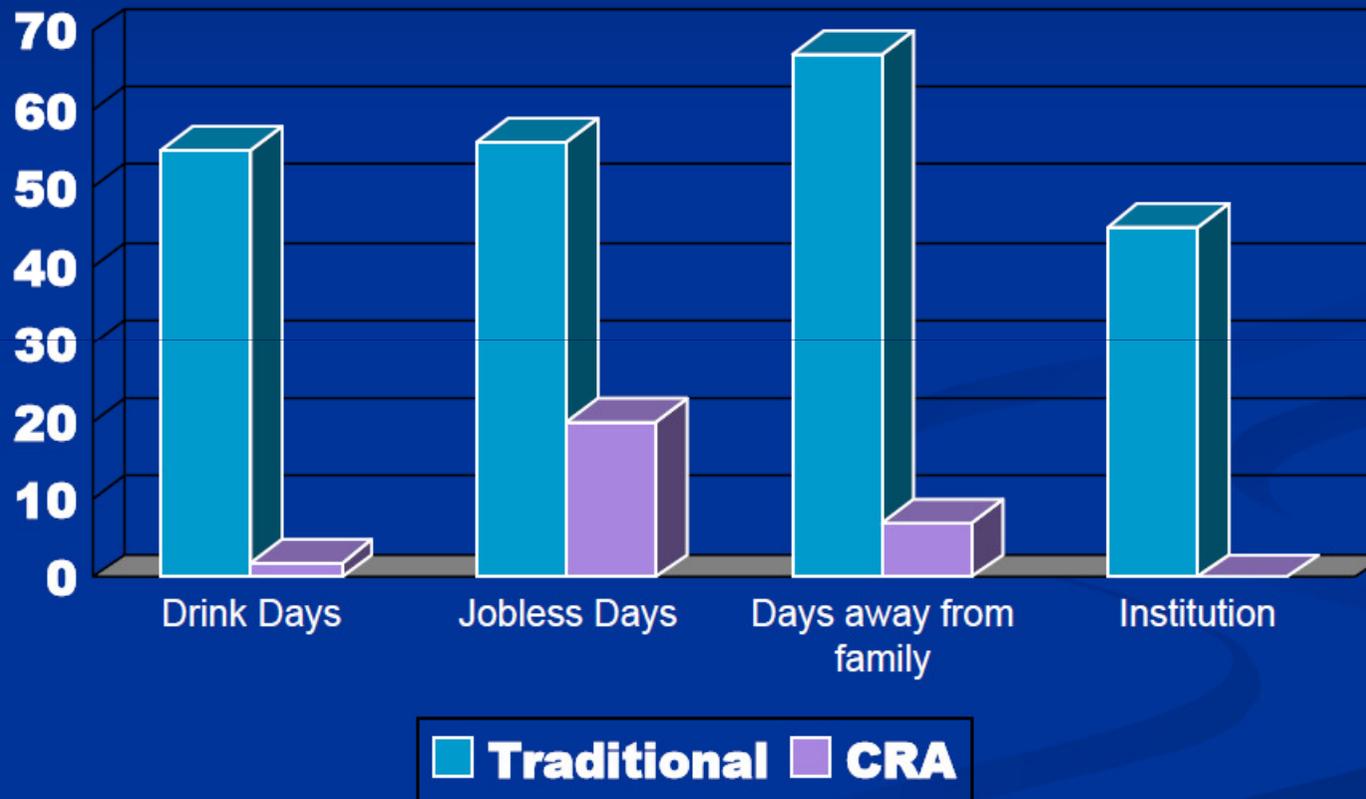
Bestandteile von CRA

- **Eliminierung von positiven Verstärkern des Alkoholkonsums**
- **Förderung von positiven Verstärkern des Verzichts auf Alkohol**
- **Förderung der Fertigkeiten, um Zugang zu den positiven Verstärker zu ermöglichen**

Methoden von CRA

- **Funktionale Verhaltensanalyse**
- **Sobriety Sampling: Ermutigung zu / Vereinbaren von Zeiten der Abstinenz. Einbeziehung von Pharmakotherapie (Naltrexone, Disulfiram)**
- **Therapieplanung**
- **Skills Training (Soziale Kompetenz, Kommunikation, Problembewältigung etc.)**
- **Paartherapie**

Unterschied zwischen traditioneller Suchttherapie und CRA

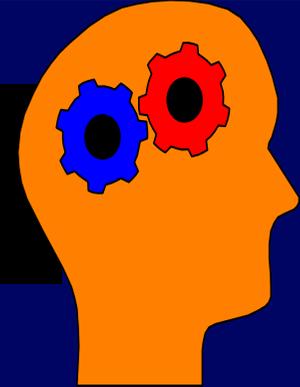


Azrin, 1976

Konsequenzen für die Behandlung

- **Nutzen von Prozessen der Änderung für die Interventionen.**
- **Bislang kaum Analysen auf dieser Ebene**
- **Beispiel: Zusammenhang von Unterstützung von Familie und Partner und Copingstrategien.**
 - **Vergleich von Remittierten ohne form. Hilfe (OFH) und Selbsthilfegruppenteilnehmern (SHG)**
 - **Erfassung von sozialem Druck und sozialer Unterstützung vor der Remission sowie Coping-Strategien in dem Jahr nach der Remission.**

Zusammenhang von Unterstützung von Familie/Partner und Copingstrategien

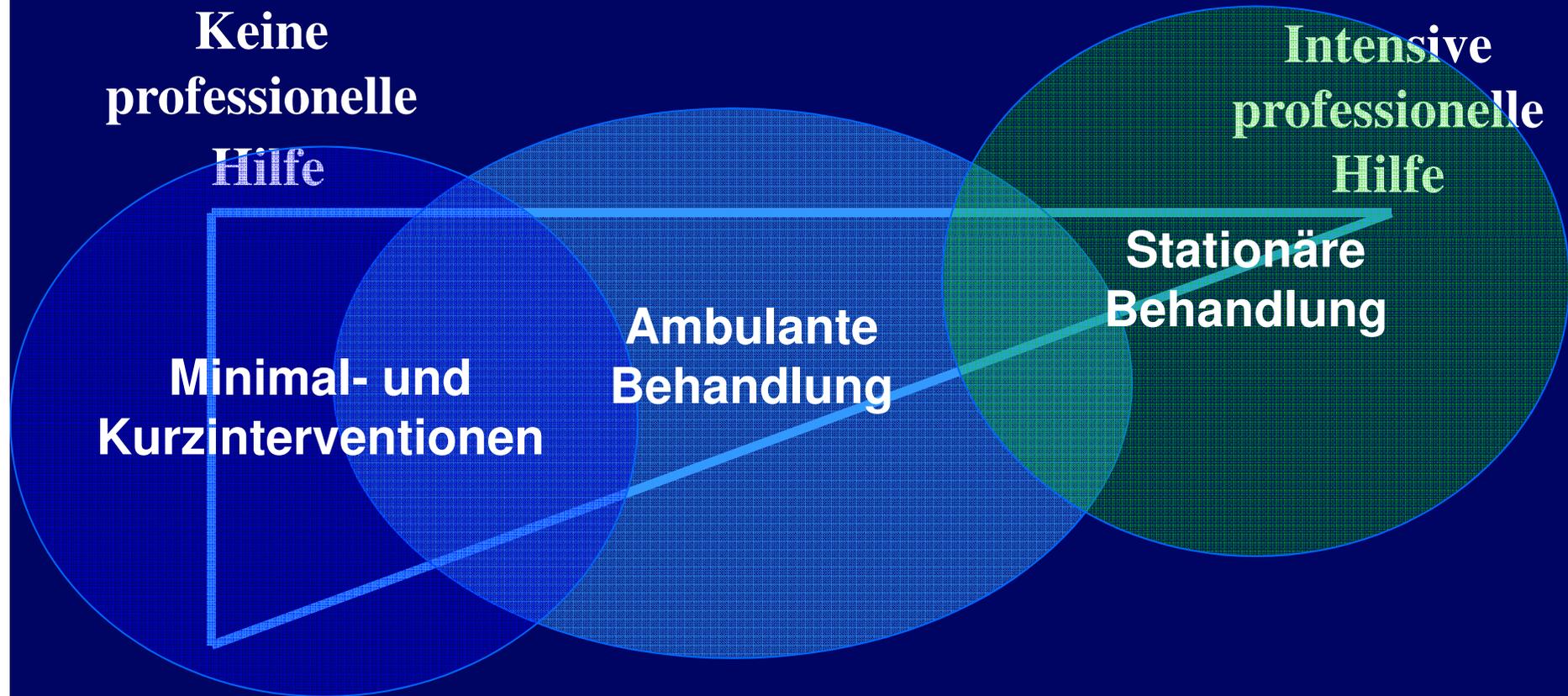


- **Sozialer Druck und soziale Unterstützung von Partner oder Familie führte bei Remittierten OFH zu verstärkten kognitiven Coping-Strategien.**
- **Der Zusammenhang bei SHG war invers.**
- **Schlussfolgerung: SHG konnten sozialen Druck und soziale Unterstützung nicht für die Entwicklung von hilfreichen Kognitionen nutzen.**
- **Aufgabe von Interventionen in der Behandlung**

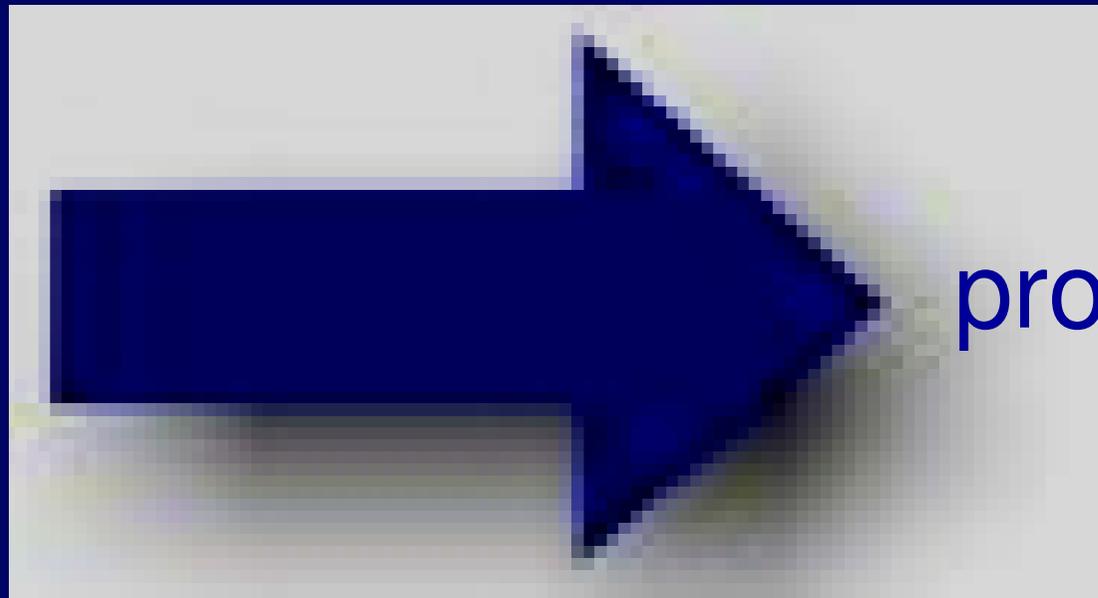
Rumpf, Bischof, Hapke, Meyer & John (2002) Eur Addict Res

**Erforschung von unbehandelten
Remissionen steht noch am Anfang**

Spektrum notwendiger Behandlung



Zugang zur Zielpopulation



proaktiv

Zugangswege



Internet
Behörden
Arbeitsplatz
Krankenhäuser
Arztpraxen

S3-Leitlinienentwicklung „Kurzinterventionen bei riskantem, schädlichem und abhängigem Alkoholgebrauch“

Hans-Jürgen Rumpf, Lübeck

Gallus Bischof, Lübeck

Ralf Demmel, Münster

Jennis Freyer-Adam, Greifswald

Georg Kremer, Bielefeld

Tim Neumann, Berlin

Nadja Wirth, Münster

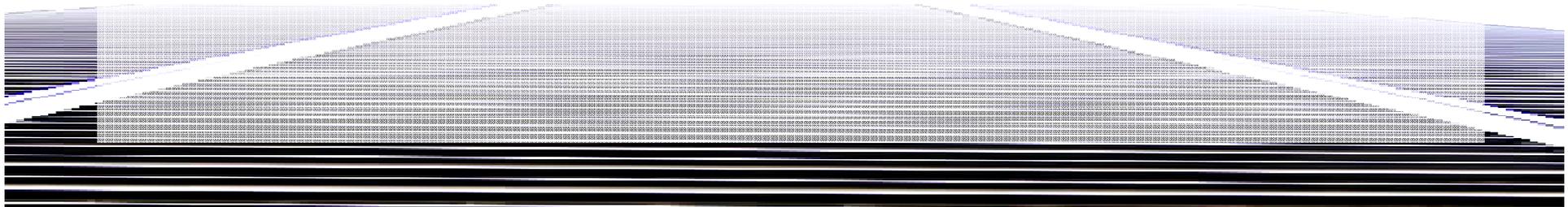
Eva Hoch, Mannheim



Allgemeine Wirksamkeit

Quelleleitlinien

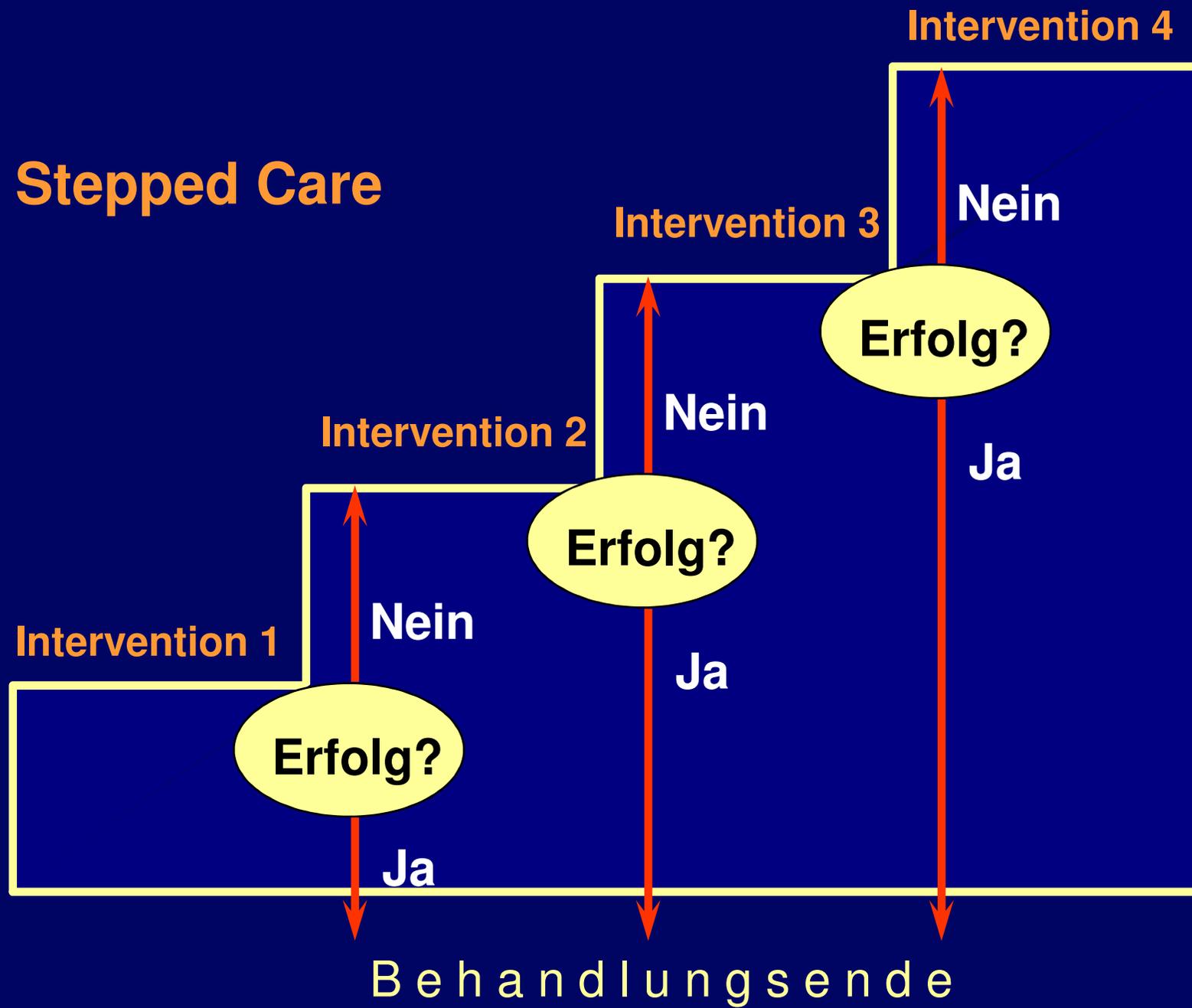
- NICE. Alcohol-use disorders: preventing the development of hazardous and harmful drinking - public health guidance (PH 24). National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE); 2010.
- Jackson R, Johnson M, Campbell F, Messina J, Guillaume L, Meier P, et al. Screening and brief interventions for prevention and early identification of alcohol use disorders in adults and young people. Scheffield: ScHARR; 2010.
- American Psychiatric Association. Practice Guideline: Treatment of Patients with Substance Use Disorders. 2006.
- Department of Veteran Affairs. Clinical Practice Guideline: Management of Substance Use Disorders. 2009.



Reviews

- Kaner EF, Beyer F, Dickinson HO, Pienaar E, Campbell F, Schlesinger C, et al. Effectiveness of brief alcohol interventions in primary care populations. *Cochrane Database Syst Rev.* 2007(2):CD004148.
- McQueen J, Howe TE, Allan L, Mains D. Brief interventions for heavy alcohol users admitted to general hospital wards. *Cochrane Database Syst Rev.* 2009(3):CD005191.
- Bertholet N, Daepfen JB, Wietlisbach V, Fleming M, Burnand B. Reduction of alcohol consumption by brief alcohol intervention in primary care: systematic review and meta-analysis. *Arch Intern Med.* 2005 May 9;165(9):986-95.
- Moyer A, Finney JW, Swearingen CE, Vergun P. Brief interventions for alcohol problems: a meta-analytic review of controlled investigations in treatment-seeking and non-treatment-seeking populations. *Addiction.* 2002;97:279-92.

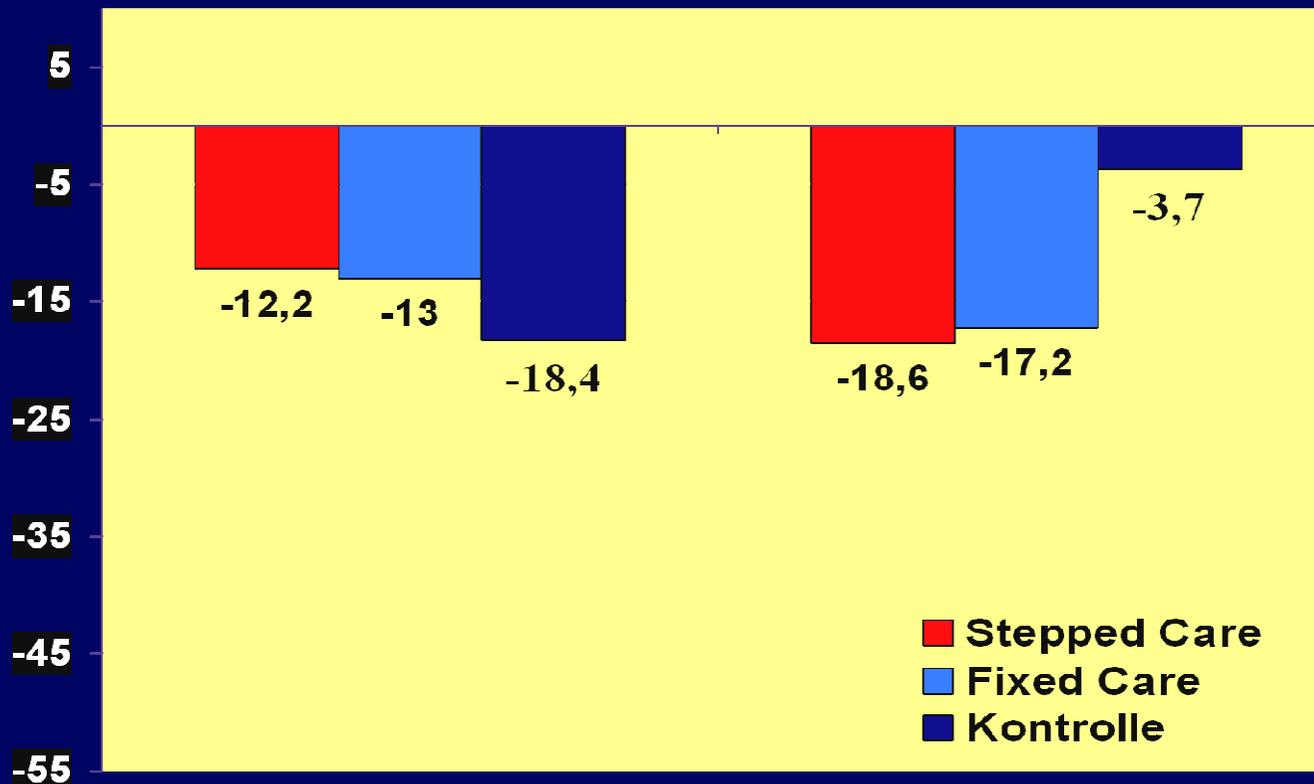
Stepped Care



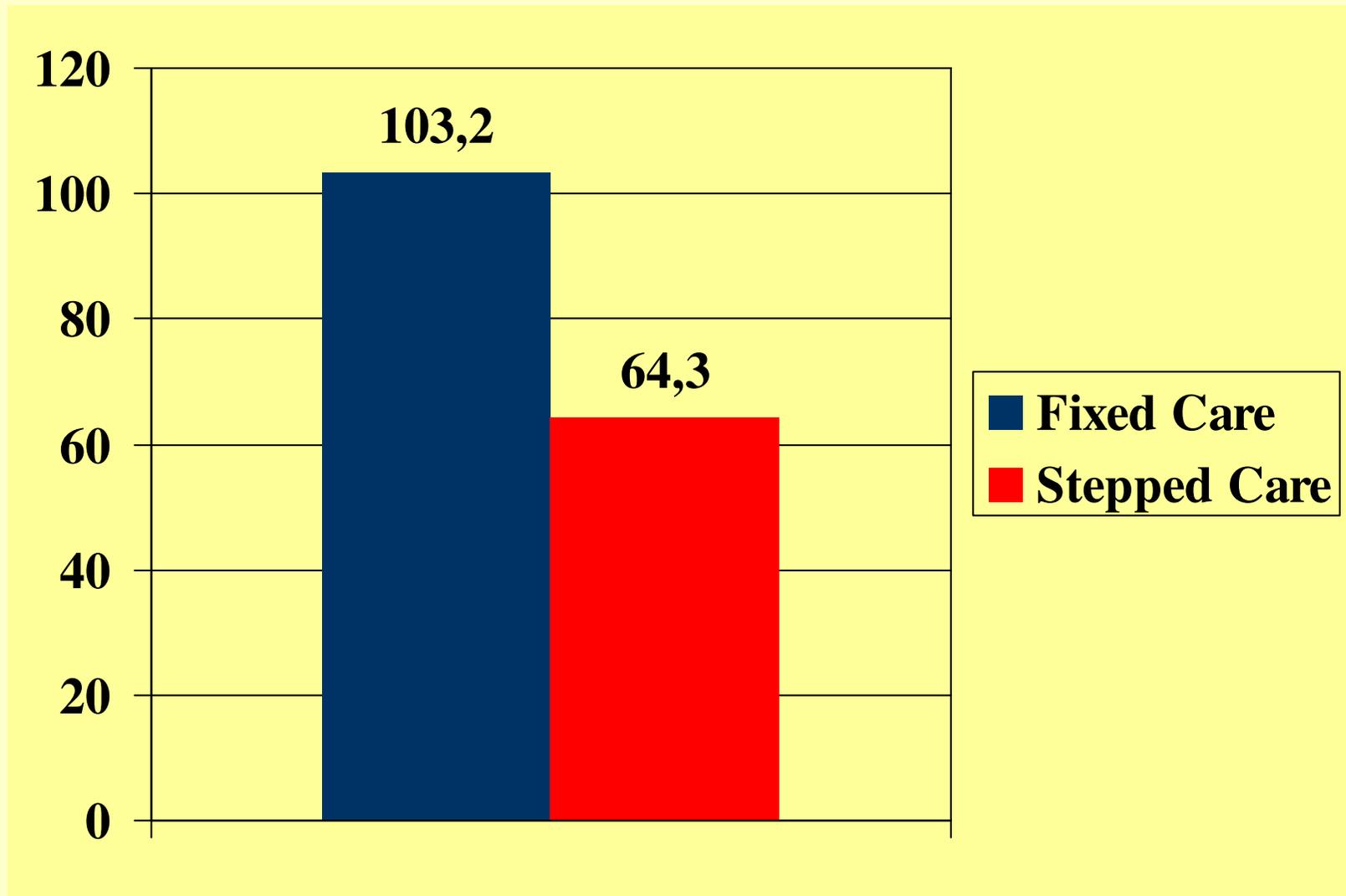
Reduktion Alkohol (Gramm/Tag)

Alkohol-
abhängigkeit

Risikokonsum
Missbrauch



Zeitaufwand der Intervention (Minuten)

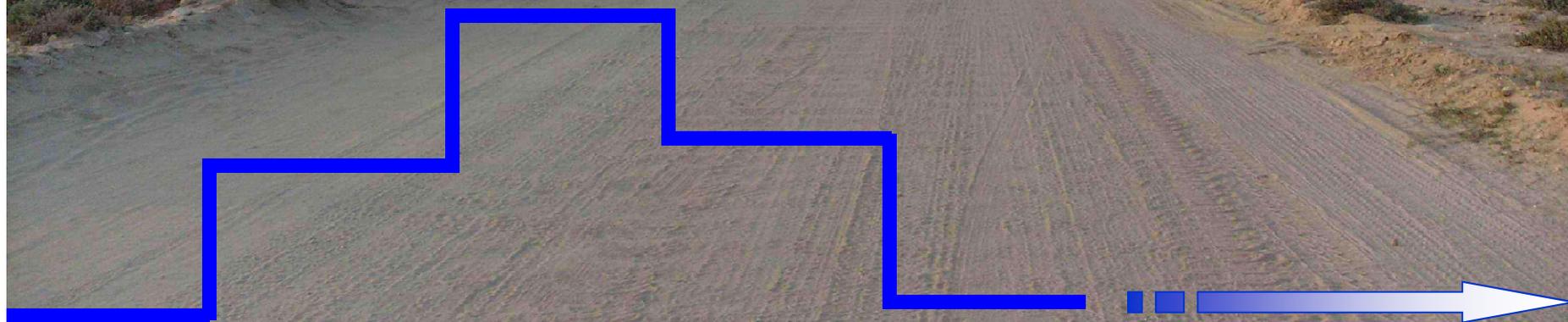


Versorgungsmodell

Stepped-Care

Step-Down Care

Continued Care



Vernetzung / neue Versorgungsstrukturen

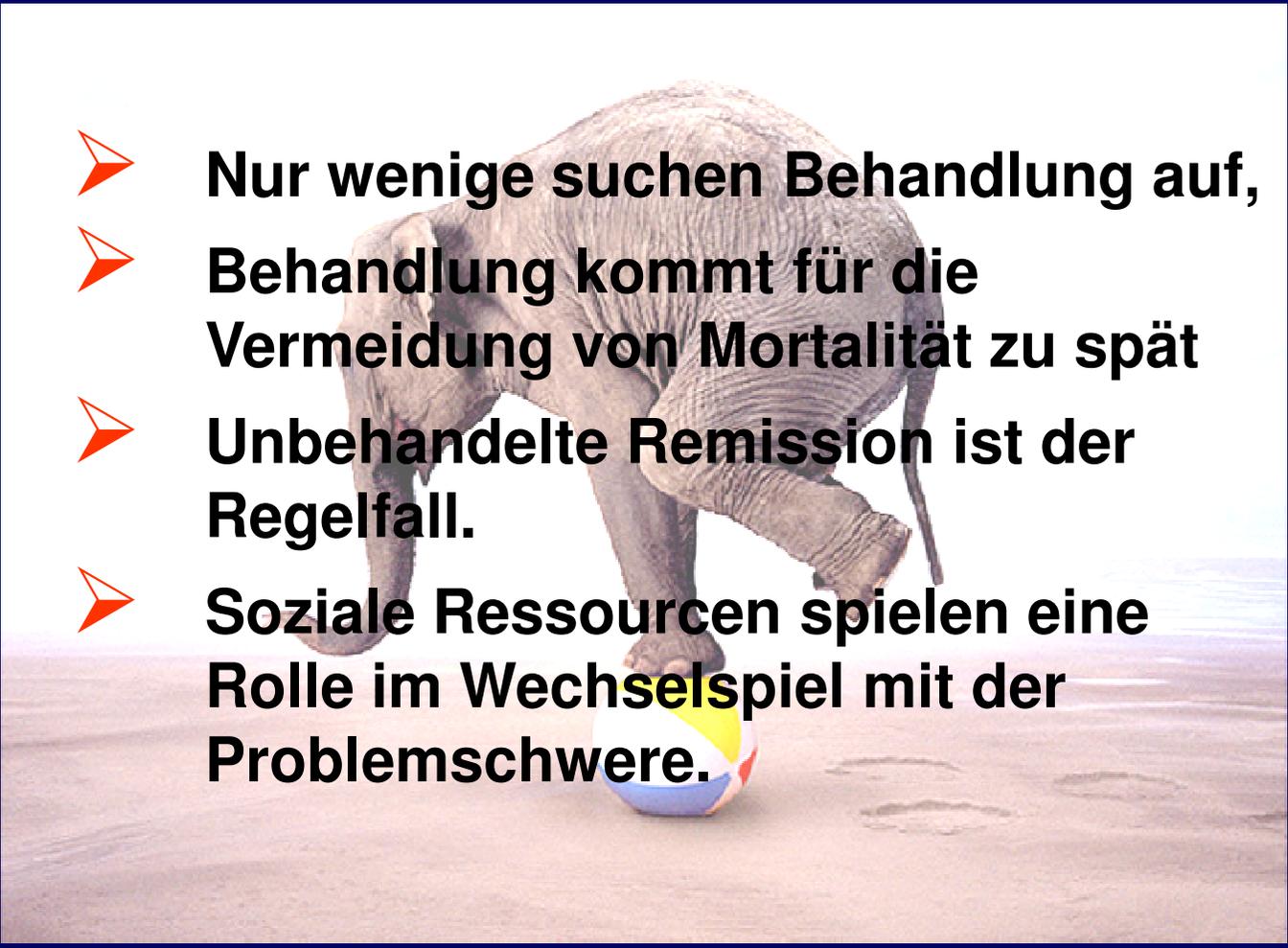


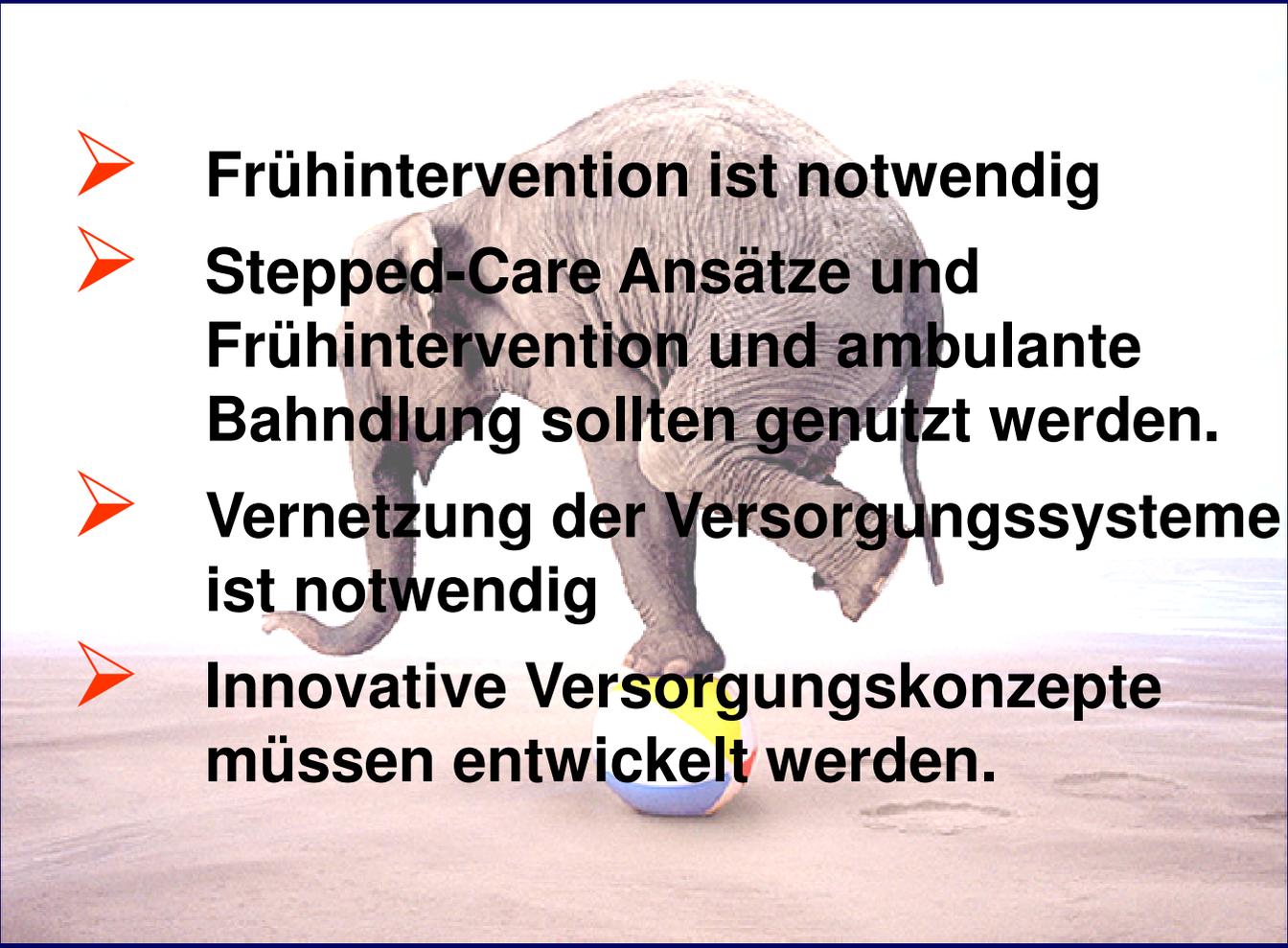
Vernetzung / neue Versorgungsstrukturen





Take-home-
message

- 
- An elephant is shown from the side, balancing a colorful beach ball (yellow, blue, and red) on its trunk. The elephant is standing on a sandy beach with the ocean in the background. The image is used as a background for the text on the slide.
- **Nur wenige suchen Behandlung auf,**
 - **Behandlung kommt für die Vermeidung von Mortalität zu spät**
 - **Unbehandelte Remission ist der Regelfall.**
 - **Soziale Ressourcen spielen eine Rolle im Wechselspiel mit der Problemschwere.**

- 
- An elephant is shown from the side, balancing a colorful ball (yellow, blue, and red) on its trunk. The elephant is standing on a sandy beach with the ocean in the background. The image is semi-transparent, allowing the text to be overlaid on it.
- **Frühintervention ist notwendig**
 - **Stepped-Care Ansätze und Frühintervention und ambulante Behandlung sollten genutzt werden.**
 - **Vernetzung der Versorgungssysteme ist notwendig**
 - **Innovative Versorgungskonzepte müssen entwickelt werden.**



Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung
und Suchttherapie e.V.



www.dg-sucht.de



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit

hans-juergen.rumpf@uksh.de