



## Alkoholabhängigkeit Zwölf-Schritte-Förderprogramm der AA nachweislich effektiv

**Ein Cochrane-Review hat das Selbsthilfeprogramm der Anonymen Alkoholiker und sogenannte Zwölf-Schritte-Förderprogramme, welche die regelmässige Teilnahme an AA-Sitzungen unterstützen sollen, mit anderen Behandlungen wie der kognitiven Verhaltenstherapie verglichen. Die Teilnahme an AA hilft Alkoholabhängigen wirksamer, auf Dauer abstinent zu bleiben.**

■ Alkoholabhängigkeit ist ein weltweit stark verbreitetes Problem, das für erhebliches Leid von Betroffenen und ihrem persönlichen Umfeld, aber auch für enorme gesellschaftliche Folgekosten verantwortlich ist. Das Programm der Anonymen Alkoholiker (AA) ist ein in zwölf Schritte gegliedertes Selbsthilfekonzept zur Behandlung von Alkoholabhängigkeit. Während AA von anderen Betroffenen geführte Gruppen zur gegenseitigen Hilfe sind, wird das Zwölf-Schritte-Förderprogramm von Klinikpersonal angeleitet. Ziel ist es, Betroffene während des körperlichen Entzugs und dauerhaft danach zur Teilnahme an AA-Sitzungen zu ermutigen. Einige dieser Programme folgen einem Handbuch, das dazu beitragen soll, dass die Behandlung unabhängig von Zeit und Ort vergleichbar verläuft. Der Cochrane-Review befasste sich mit der Wirkung von AA und TSF-Programmen auf die langfristige Abstinenz, auf die Verringerung des

Alkoholkonsums und auf die negativen Folgen von Alkoholmissbrauch, etwa auf die körperliche Gesundheit oder auf familiäre und berufliche Probleme. Zudem wurde untersucht, ob AA und TSF-Programme die Kosten der Gesundheitsversorgung im Vergleich zu anderen Behandlungen senken. Es zeigte sich, dass besser organisierte und gut formulierte klinische Behandlungen auch das beste Ergebnis haben. Mit anderen Worten: Es ist wichtig, dass klinische Programme und Ärzte auf eines der bewährten handbuchgestützten Programme zurückgreifen, um den Nutzen der Teilnahme an AA für ihre Patienten zu maximieren. Die Evidenz legt nahe, dass 42% der Teilnehmer an AA ein Jahr später vollständig abstinent blieben, verglichen mit 35% der Teilnehmer, die andere Behandlungen einschliesslich kognitiver Verhaltenstherapie erhielten.

Quelle: «Neuer Cochrane-Review zeigt, dass Anonyme Alkoholiker helfen, eine Alkoholabhängigkeit zu überwinden», 11.03.2020, Cochrane Deutschland Stiftung (CDS)