

Dani H. aus dem Einzugsgebiet des «Reussbote» erzählt, wie er in eine Drogen- und Alkoholsucht geriet. Heute ist der 57-Jährige «clean»

# Wenn aus Genuss schleichend eine Sucht wird

In den Jugendjahren konsumierte er erstmals Alkohol, danach kamen Drogen hinzu. Dani H. hatte den Lebensmut verloren. Mehrere Entzüge, Psychriaufenthalte, Selbstmordversuche. Heute ist Dani dank den Anonymen Alkoholikern clean.

Der Übergang vom Genuss- zum Suchtmittel ist fliegend. Niemand weiss es besser als Dani H., der bereits als Jugendlicher Bekanntschaft mit dem Alkohol machte. Bis 25 war es ein Genuss, sagt Dani, der heute 57 Jahre alt ist und im Einzugsgebiet des «Reussbote» wohnt. Schon sein Vater war alkoholkrank, die Mutter litt schwer darunter. Zu Hause gab es oft Schläge vom Vater. Dann beging der Vater Suizid. Dani wuchs in Rothenburg (LU) auf und machte eine Lehre als Zimmermann. Die Abschlussprüfung bestand er nicht. An Wochenenden traf er sich mit Kollegen im Ausgang. Es floss reichlich Alkohol. «Mit der Zeit ging ich mit dem Vorsatz in den Ausgang, mich abzuschliessen» (vollständig zu betrinken), sagt Dani. Rauschtrinken. Es wurde immer mehr. Dann kamen Drogen dazu, zuerst kif-fen, später Koks und Heroin. Es war zu Zeiten von Platzspitz und Letten. Dort beschaffte sich Dani die Drogen. Woher hatte er das Geld? Ich hatte immer gute Jobs, arbeitete hart und verdiente gut. Immer wenn er sich wieder einigermaßen gefasst hatte, kam der Absturz mit Alkohol und Drogen. Wie viel trank er? Acht Liter Bier, meh-



Übermässiger Genuss von Alkohol kann sich schnell in eine Sucht verwandeln.

Foto: pixelio

re Kafi Luz, Wodka und Grappa. «Ich war total verzweifelt und habe die Realität nicht ertragen. Ich flüchtete in andere Substanzen.» Nach Therapien kommt es immer wieder zu Rückschlägen: Seine Mutter stirbt, tödliche Unfälle von Kollegen. Wegen Alkohol und Drogen geht eine Beziehung in die Brüche. Mehrmals verliert Dani seine Arbeitstelle, immer wieder flüchtet er in Alkohol und Drogen. Wobei der Alkohol nebenher lief, erzählt Dani. Das wirkliche Problem war der Drogenkonsum. 60 bis 70 Spritzen mit Kokain mutete er seinem Körper zu. An ei-

nem Abend. Es waren kurze Flashes, die nach wenigen Sekunden vorbei waren. Der Körper verlangte mehr. Es ging soweit, bis er seinem Leben ein Ende setzen wollte. Von der Luzerner Spreuerbrücke sprang er ins Wasser. «Ich konnte zu gut schwimmen», ergänzt Dani.

## «Mein Körper war ruiniert»

Mehrere Psychriaufenthalte brachten vorübergehend eine Besserung. Nach wenigen Tagen rutschte er wieder ins gleiche Fahrwasser ab. Nur dass der Absturz immer schlimmer

wurde. Fand er wieder eine neue Arbeitsstelle, wurde der Druck auf ihn zu gross. Er griff zur Flasche und zur Spritze. Als Filialleiter eines Konkurswarenverkaufes trank er frühmorgens Whisky und Cognac. 2006 ging es nicht mehr. «Ich war total kaputt, mein Körper ruiniert.» Der Arzt schrieb mich für ein Jahr krank und meldete mich der IV an. «Dabei wollte ich ja keine IV-Rente beziehen, ich wollte arbeiten. Dani arbeitete danach als Abteilungsleiter, später verkaufte er Wasserbetten. Die IV begleitete ihn während dieser Zeit. Der Ab-

sturz liess trotz Begleitung nicht lange auf sich warten. Inzwischen von Drogen frei, trank er umso mehr Alkohol. Heute bezieht Dani eine IV-Rente von 50 Prozent.

## Totaler Filmriss bringt die Wende

Eines Tages habe er, nachdem er den ganzen Tag über Alkohol getrunken hatte, noch eine Bar besucht. Von diesem Moment an weiss Dani nichts mehr. Er sei anderntags in der Ausnüchterungszelle im Kantonsspital Baden aufgewacht. «Mein Leben bestand nur noch aus Alkohol und schlafen», sagt Dani. «Ich stand am Abgrund.» Sein Hausarzt überwies ihn in die Psychiatrische Klinik nach Königsfelden. Dort hatte er erstmals Kontakt mit den Anonymen Alkoholikern (AA), eine Selbsthilfegruppe. «Nur dank ihnen bin ich seit sechs Jahren clean, ich habe keinen Tropfen mehr getrunken und bin dieser Selbsthilfegruppe sehr dankbar.» Dani sagt, der Druck der Arbeitswelt sei für ihn zu gross gewesen. Der Austausch in der Gruppe der AA hat ihm sehr viel gebracht. «Denn immer wieder kommt das «Tüfeli» hoch und sagt: «Jetzt hast du lange nicht mehr getrunken, jetzt darfst du wieder.»». Genau an diesem Punkt setzt die Selbsthilfegruppe an. Die wöchentlichen Meetings halten dagegen. Er engagiert sich seit 2014 bei den Anonymen Alkoholikern und sagt heute: «Alkohol ist ein grosses gesellschaftliches Problem, das viel Leid und enorme Kosten verursacht. Der Alkohol ist zu billig und kann zu jeder Tages- und Nachtzeit gekauft werden.»

Benedikt Nüssli