



# IN BALANCE

Leben mit Manie und Depression

www.dgbs.de

Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS) e.V.  
Kooperierende Fachgesellschaft der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie,  
Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN)

Forum für Professionelle, Betroffene  
und Angehörige zum Austausch und  
wissenschaftlichen Diskurs

## Schwerpunkt Sucht und bipolare Störung

→ Komorbidität mit therapeutischen  
Konsequenzen  
Seite 2

## Forschung

→ Problemfeld Alkoholstörung  
Das Ziel heißt vollständige Karenz  
Seite 4

## Erfahrungsberichte

Extreme Stimmungen und Sucht

→ Dem Strudel entrienen  
Seite 5

→ Stabilitätsfaktor Selbstbewusstsein  
Seite 6

## Forum

→ Behandlungsoptionen in  
Schwangerschaft und Stillzeit  
Individuelles Vorgehen gefragt  
Seite 7

## Schlusslicht

→ BIPO-Portrait: Charles Dickens  
→ Impressum  
Seite 8

## Schlaglicht

# Wechselwirkung von Bipolarität und Sucht

**K**aum eine Erkrankung hat eine so hohe Komorbidität mit Sucht wie die bipolare Störung. Doch was besteht zuerst? Verstärkt der Konsum von Tabletten, Alkohol und Drogen die emotionale Labilität oder die Labilität den Konsum? Werden Substanzen konsumiert, die gegensteuern oder Manie und Depression verstärken? Was wird beabsichtigt, was tatsächlich bewirkt? Welcher unmittelbaren Funktion steht welcher langfristige Schaden gegenüber? Versagen Selbstkontrolle und Risikoabwägung oder brechen sich elementare Bedürfnisse Bahn?

### Krise als Chance

Ich frage mich immer wieder, warum Menschen, die ohnehin mit einem größeren emotionalen Spannungsfeld zu tun haben, überhaupt Drogen brauchen. Reicht Ihnen die Spannweite nicht? Dass die Komorbidität den Krankheitsverlauf verkompliziert, belegen viele Studien. Doch gerade in schwierigen Situationen lohnt es sich, auch nach den Chancen zu fragen: Kann die erfolgreiche Auseinandersetzung mit der Sucht auch den Weg aus der Depression bahnen? Kann die Beschäftigung mit der Überanpassung, die oft hinter der Bipolarität steht, auch helfen, den Konsum infrage zu stellen? Ist die Gruppenarbeit, die gerade bei manisch-depressiven Patienten so wichtig und hilfreich ist, auch das beste Setting gegen Sucht?

Bei der Komorbidität von Psychose und Sucht kann die schreckliche Halluzination auch wachrütteln und davor warnen, sich weiterhin das Gehirn zu vergiften. Geduldige Motivationale Therapie erscheint

vielen als das Mittel der Wahl. Vieles spricht dafür, auch Bipolarität und Sucht in ihrer komplexen Wechselwirkung zu thematisieren – im Sinne einer Psychotherapie, die zu neuer Orientierung und innerer Balance, zu neuen Selbstkonzepten und eigenen Maßstäben führt.

Wer hinsichtlich Antrieb und Stimmung zwischen Extremen schwankt und sich zusätzlich mit Drogen manipuliert, betreibt nicht nur Raubbau an den eigenen Ressourcen, sondern auch an denen von Freunden und Familie. Die zentrifugalen Kräfte werden beschleunigt: Angehörige können weggeschleudert oder doppelt verwickelt werden. So oder so – sie brauchen eigenständige Hilfen, müssen einbezogen werden, damit aus dem Dilemma Chancen erwachsen.

### Objektive Fakten und subjektive Erlebnisse

Diese Ausgabe enthält spannende Berichte junger Menschen und differenzierte wissenschaftliche Fakten. Verstehen und behandeln lässt sich die Wechselwirkung von Bipolarität und Sucht nur mit beidem zugleich – mit wissenschaftlich fundierten Konzepten, die der Subjektivität Raum geben.



Prof. Dr. Thomas Bock  
Klinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie  
Universitätskrankenhaus  
Hamburg Eppendorf

© Archiv

