

Länger und gesünder leben

B MED
S.A 5984 CC MED

014, Spezialreport: Suchterkrankungen
Länger und gesünder leben



vorbeugen und helfen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

In dieser Ausgabe

- Alkohol**
Die bittere Wahrheit:
Ohne Alkohol wären die Krankenhäuser gähmend leer 4
- Raucherentwöhnung**
So machen Sie endgültig
Schluss mit der Sucht nach den
Glimmstängeln 6
- Medikamentensucht**
Mit welchen Arzneimitteln
Sie besonders vorsichtig
umgehen sollten 8
- Spiel- und Kaufsucht**
Gier nach dem besonderen Kick:
So lernen Sie, den vielen
Verlockungen besser zu
widerstehen 10
- Ratschläge für Angehörige**
Bieten Sie Suchtkranken
Ihre Hilfe an, aber denken Sie
auch an sich selbst. 11

Sucht im Alter

Alkohol, Tabak, Tabletten, Glücksspiele: So finden Sie jetzt Auswege aus dem gefährlichen Teufelskreis

Etwa 4 Millionen Menschen in Deutschland sind süchtig. Die meisten greifen zu Alkohol, fast die Hälfte zu Medikamenten. Dazu kommen noch etwa 30 Millionen Raucher. Viele wollen den Raubbau am Körper stoppen – doch ohne Hilfe geht das nicht. Doch gerade ältere Süchtige werden im heutigen Medizinbetrieb allein gelassen. Lesen Sie in diesem Spezialreport, wie Sie eine Sucht erkennen und wie Sie die Therapie mit Vitalstoffen sowie anderen sanften Heilmitteln sinnvoll unterstützen.

Suchterkrankungen waren lange Zeit ein Problem der Jugend. Die Unsicherheit über die eigene Rolle im Leben, gepaart mit Neugier, Leichtsinns und Gruppenzwang, machte die Generation unter 25 schon immer anfällig für Drogen.

Erst seit dem Jahr 2000 gibt es überhaupt wissenschaftliche Studien zum Suchtverhalten und zur Suchttherapie, die auch ältere Patienten mit einbeziehen. Und inzwischen ist klar,

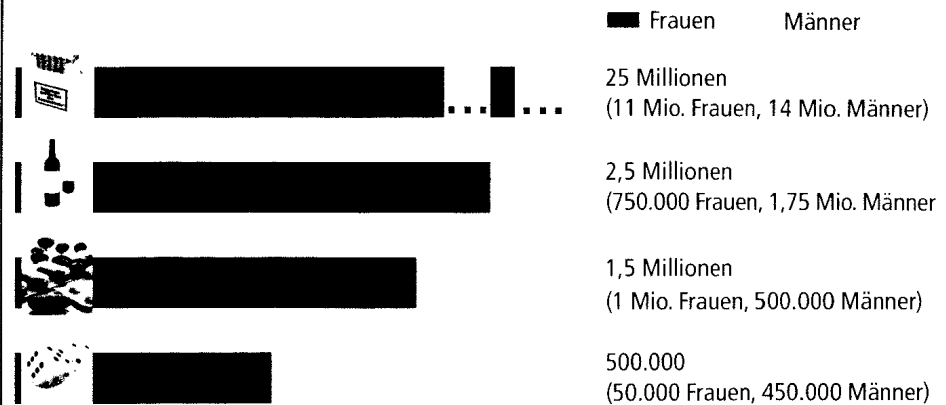
dass Drogen für Menschen über 65 Jahren ein genauso großes Problem sind wie für Jugendliche.

Allerdings gehen die Risiken dann weniger von Cannabis, Kokain, Heroin oder Ecstasy aus. **Typische Altersdrogen** sind eher Alkohol und Medikamente. Beide werden dabei oft verharmlost so wie das kleine Schnäpschen (angeblich zur Verdauung) oder die Schlafpille am Abend. Doch langfristig schädigen Sie damit

Das bietet Ihnen Länger und gesünder leben

Länger und gesünder leben ist ein aktueller Informationsdienst für gesundheitsbewusste Menschen, die sich wissenschaftlich fundiert über ganzheitliche Medizin informieren und die Vorzüge der Schulmedizin mit denen der alternativen Medizin verbinden möchten. Er berichtet über allerneueste, oft wenig bekannte Behandlungsmethoden und Heilmittel aus der komplementären und orthomolekularen Medizin, recherchiert an Forschungszentren weltweit. Weitere Schwerpunkte bilden Wirkungen von Nahrungsergänzungstoffen, Vitaminen und Mineralien zur Vorbeugung und Therapie. Sie erhalten detaillierte, im Alltag leicht umsetzbare Informationen über Anwendung, Dosierung und Bezugsquellen. Ein Netzwerk von Autoren und Gutachtern, bestehend aus anerkannten Medizinern, Ernährungswissenschaftlern und Humanbiologen, garantiert die Verlässlichkeit der medizinischen Informationen. So können Sie Krankheiten vorbeugen, Ihre Lebensspanne verlängern und noch in fortgeschrittenem Alter das Leben bei höherer Lebensqualität genießen.

Die 4 häufigsten Süchte in Deutschland



Laut Drogen- und Suchtbericht der Bundesregierung sterben jährlich 110.000 Deutsche an den Folgen des Tabakrauchens. Übermäßiger Alkoholkonsum fordert jährlich 73.000 Todesopfer. Zum Vergleich: Durch illegale Drogen starben im Jahr 2012 insgesamt 944 Menschen.