

PRESSEMITTEILUNG

Hamm, 08.12.2014

Abhängigkeit von Benzodiazepinen

4-K-Regel: DHS startet Kampagne

Benzodiazepine sind die am häufigsten verschriebenen Psychopharmaka. - „Dabei führen rund 40 Prozent der Verordnungen zu einer Langzeiteinnahme und damit in die Abhängigkeit“, berichtet Dr. Raphael Gaßmann, Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS). Rund 1,2 Millionen Menschen in Deutschland sind von Schlaf- und Beruhigungsmitteln abhängig. Betroffen sind vor allem ältere Menschen, darunter zwei Drittel Frauen. Die DHS startet deshalb gemeinsam mit der BARMER GEK und der Bundesärztekammer eine Präventionskampagne, um Ärzte, Apotheker und Patienten auf die Risiken von Benzodiazepinen aufmerksam zu machen.

„Benzodiazepine sollten so kurz wie möglich eingesetzt und so schnell wie möglich abgesetzt werden“, betont Suchtexperte Gaßmann. Die sogenannte „4-K-Regel“ soll Ärztinnen und Ärzte dabei unterstützen, Benzodiazepine richtig anzuwenden:

- **Klare Indikation:** Verschreibung nur bei eindeutiger medizinischer Notwendigkeit und nur mit Aufklärung des Patienten über das bestehende Abhängigkeitsrisiko
- **Kleinste notwendige Dosis:** Verschreibung kleinster Verpackungsgrößen, indikationsadäquate Dosierung
- **Kurze Anwendung:** Therapiedauer mit Patienten vereinbaren, kurzfristige Wiedereinbestellungen, sorgfältige Überprüfung einer Weiterbehandlung
- **Kein schlagartiges Absetzen:** Zur Vermeidung von Entzugserscheinungen und Rebound-Phänomenen nur ausschleichend abdosieren.

Die meisten Benzodiazepine sind ausschließlich zur Kurzzeitbehandlung zugelassen, weil sich bereits nach vier- bis sechswöchiger Einnahme eine Abhängigkeit entwickeln kann - auch in geringen therapeutischen Dosen. Diese Form der sogenannten Niedrigdosisabhängigkeit ist oft nicht so leicht zu erkennen, weil die Dosis auch über Monate und Jahre nicht gesteigert wird. Studien zeigen, dass ein gleichartiges Abhängigkeitsrisiko auch für die Benzodiazepin-Analoga mit den Wirkstoffen Zolpidem und Zopiclon gilt, wegen ihres Anfangsbuchstabens auch Z-Drugs genannt.

Bereits 2011 gaben die Ärztekammer Hamburg, die Kassenärztliche Vereinigung Hamburg und die Apothekerkammer Hamburg gemeinsam eine „Handlungsempfehlung zur Verordnung von Benzodiazepinen und deren Analoga“ (http://www.aerztekammer-hamburg.de/aerzte/Benzodiazepine_Handlungsempfehlung_Feb2011.pdf) heraus. Ähnliche Empfehlungen gibt es bereits in mehreren Bundesländern. Dennoch sind die Verordnungszahlen nach wie vor kritisch. Benzodiazepine und deren Analoga können in einer akuten Krise zwar kurzfristig helfen – sie lösen aber nicht die Ursache der jeweiligen Beschwerden und Probleme. Gaßmann: „Ärzte und Apotheker sollten auf Alternativen hinweisen, wie Entspannungstechniken, Kurse zur Stressbewältigung oder auch eine Psychotherapie.“

Die DHS hat zusammen mit der BARMER GEK Arbeitshilfen für die ärztliche Praxis erarbeitet: • Ein Faltblatt (http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/4-K-Regel.pdf), das sich an die Patienten richtet und das der Arzt zusammen mit dem Rezept seinen Patienten aushändigen und im Wartezimmer auslegen kann. Das Informationsblatt kann auch in größerer Stückzahl kostenfrei bestellt werden. (www.dhs.de/informationmaterial/bestellung) • Einen Leitfaden (http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Leitfaden_Medikamentenabhaengigkeit_Gespraechsfuehrung.pdf) für Ärztinnen und Ärzte, der eine Kurzintervention bei Patientinnen und Patienten mit problematischem Medikamentenkonsum von Schlaf-, Schmerz- oder Beruhigungsmitteln anleitet. Ergänzt wird der Leitfaden durch ein ausführliches Manual (http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Manual_zum_Leitfaden_Medikamentenabhaengigkeit.pdf). Weitere Informationen zur Kampagne finden Sie unter <http://www.dhs.de/kampagnen.html>.

Kontakt:

Dr. Raphael Gaßmann
DHS
Westenwall 4
59065 Hamm
Tel.: +49 160 93829451
Fax: +49 2381 9015-30
gassmann[at]dhs.de

Christa Merfert-Diete
DHS
Westenwall 4
59065 Hamm
Tel.: +49 2381 9015-18
Fax: +49 2381 9015-30
merfert-diete[at]dhs.de

Weiteres Textmaterial:

Ergänzend zu dieser Pressemitteilung bieten wir Ihnen noch zwei Interviews an, die Sie gerne verwenden können:

- „Sucht auf Privatrezept“ – ein Interview mit dem Arzneimittelexperten Prof. Dr. Gerd Glaeske vom Zentrum für Sozialpolitik der Universität Bremen (http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Kampagnen/Interview_Glaeske.pdf)
- „Benzodiazepine machen schneller abhängig als Alkohol“ – ein Interview mit dem Suchtexperten Dr. Rüdiger Holzbach, Chefarzt der Abteilung Suchtmedizin der LWL-Kliniken Warstein und Lippstadt, (http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Kampagnen/Interview_Holzbach.pdf)