



AKADEMIE FÜR
GANZHEITLICHE MEDIZIN
PSYCHOSOMATIK &
PSYCHOTHERAPIEWISSENSCHAFT

Prof. DDr. Andrawis

Favoritenstrasse 37

A-1040 Wien

med.pth.praxis@gmail.com

+43 650 744 88 63

+48 516 061 427

andrawis-akademie.com

51 Benzodiazepine

Wie der Autor im Jahr 2018 erwähnte, sind Benzodiazepine eine Klasse von psychoaktiven Medikamenten, die häufig zur Behandlung verschiedener medizinischer und psychiatrischer Erkrankungen verschrieben werden. Sie werden aufgrund ihrer beruhigenden, hypnotischen, angstlösenden, krampflösenden und muskelentspannenden Eigenschaften eingesetzt. Einige gebräuchliche Benzodiazepine sind Diazepam (Valium), Alprazolam (Xanax), Lorazepam (Ativan) und Clonazepam (Klonopin). Benzodiazepine wirken, indem sie die Wirkung eines Neurotransmitters namens Gamma-Aminobuttersäure (GABA) im Gehirn verstärken. GABA ist ein hemmender Neurotransmitter, der die Aktivität von Neuronen reguliert und beruhigende und sedierende Effekte bewirkt. Dies ist der Grund, warum Benzodiazepine oft zur Behandlung von Erkrankungen wie Angststörungen, Panikstörungen, Schlaflosigkeit und epileptischen Anfällen verwendet werden. Allerdings können Benzodiazepine abhängig machen, und eine langanhaltende oder übermäßige Anwendung kann zu physischer und psychischer Abhängigkeit führen. Sie werden in der Regel nur für den kurzfristigen Gebrauch empfohlen, aufgrund des Potenzials für Toleranzbildung und Entzugssymptome bei längerer Anwendung. Häufige Nebenwirkungen von Benzodiazepinen können Schläfrigkeit, Schwindel, beeinträchtigte Koordination, Gedächtnisprobleme und ein erhöhtes Risiko für Unfälle oder Stürze sein. Eine Überdosierung oder unsachgemäße Anwendung von Benzodiazepinen kann gefährlich sein und zu Atemdepression, Koma oder sogar zum Tod führen, insbesondere in Kombination mit Alkohol oder anderen zentralnervösen Depressiva. Es ist wichtig, Benzodiazepine nur gemäß den Anweisungen eines Arztes zu verwenden und diese sorgfältig zu befolgen. Wenn Sie Bedenken hinsichtlich der Anwendung von Benzodiazepinen haben, besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt, um alternative Behandlungsmöglichkeiten oder Strategien zur Bewältigung Ihrer Erkrankung zu

erkunden. Darüber hinaus sollten Benzodiazepine niemals abrupt abgesetzt werden, da dies zu Entzugssymptomen führen kann. Folgen Sie immer den Anweisungen Ihres Arztes, wenn das Medikament nicht mehr benötigt wird und Sie es ausschleichen müssen.

Benzodiazepine werden normalerweise nicht zur Heilung von psychischen Störungen eingesetzt, sondern eher zur kurzfristigen Linderung von akuten Symptomen. Sie können bei der Behandlung bestimmter psychischer Störungen, wie Angststörungen oder Panikstörungen, vorübergehend hilfreich sein, indem sie Symptome wie Angst und Unruhe reduzieren. Allerdings sollten sie in der Regel nicht als langfristige Lösung angesehen werden.

Die Heilungschancen für psychische Störungen hängen von verschiedenen Faktoren ab, darunter die Art der Störung, die individuellen Bedingungen des Patienten, die Wirksamkeit der Behandlung und die Einhaltung der Therapie. In den meisten Fällen umfasst die Behandlung von psychischen Störungen Psychotherapie (z. B. kognitive Verhaltenstherapie, Gesprächstherapie oder andere Formen der Psychotherapie) und möglicherweise Medikamente. Für viele psychische Störungen, wie Depressionen, Angststörungen oder bipolare Störungen, gibt es wirksame Behandlungen, die die Symptome lindern können und die Lebensqualität der Betroffenen verbessern können. Die Heilungschancen hängen jedoch von der rechtzeitigen Diagnose, einer angemessenen und kontinuierlichen Behandlung und der Unterstützung durch qualifizierte Fachkräfte ab. Es ist wichtig zu betonen, dass Benzodiazepine allein in der Regel keine Heilung für psychische Störungen bieten. Sie können Symptome vorübergehend lindern, aber eine umfassende Behandlung, die sowohl Psychotherapie als auch gegebenenfalls andere Medikamente umfasst, ist oft notwendig, um langfristige Ergebnisse zu erzielen und die Genesung zu unterstützen. Die besten Heilungschancen ergeben sich oft aus einer ganzheitlichen Herangehensweise, die die individuellen Bedürfnisse und Umstände des Patienten berücksichtigt (Andrawis A, 2018).

Benzodiazepine können abhängig verursachen

Benzodiazepine können abhängig machen. Die Wahrscheinlichkeit einer Abhängigkeit von Benzodiazepinen hängt von verschiedenen Faktoren ab, einschließlich der Art des Benzodiazepins, der Dauer der Anwendung, der Dosierung und der individuellen Anfälligkeit einer Person für Sucht. Benzodiazepine wirken im Gehirn, indem sie die Wirkung des Neurotransmitters Gamma-Aminobuttersäure (GABA) verstärken, was zu beruhigenden und sedierenden Effekten führt. Diese Wirkung kann sehr angenehm sein und dazu führen, dass Menschen Benzodiazepine wiederholt einnehmen, um sich besser zu fühlen oder Angstzustände zu reduzieren. Mit der Zeit kann dies zu einer Toleranz gegenüber den Medikamenten führen, was bedeutet, dass höhere Dosen erforderlich sind, um die gleiche Wirkung zu erzielen.

Die Entwicklung einer physischen und psychischen Abhängigkeit von Benzodiazepinen ist möglich. Bei physischer Abhängigkeit benötigt der Körper das Medikament, um normal zu funktionieren, und das Absetzen kann Entzugssymptome auslösen. Zu den Entzugssymptomen von Benzodiazepinen gehören Schlafstörungen, Angst, Zittern, Schwitzen, Übelkeit, Muskelkrämpfe und in schweren Fällen sogar Krampfanfälle.

Aufgrund des Abhängigkeitspotenzials werden Benzodiazepine in der Regel nur kurzfristig verschrieben, um akute Symptome zu behandeln, und nicht als Langzeitlösung. Wenn Benzodiazepine über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, sollten sie unter ärztlicher Aufsicht abgesetzt werden, um Entzugssymptome zu minimieren.

Es ist wichtig, Benzodiazepine genau nach den Anweisungen eines Arztes einzunehmen und niemals die verschriebene Dosierung zu überschreiten. Wenn Sie Bedenken bezüglich der Abhängigkeitsgefahr von Benzodiazepinen haben oder Schwierigkeiten haben, das Medikament abzusetzen, sollten Sie dringend ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen. Ihr Arzt kann Ihnen bei der sicheren Reduzierung der Dosis oder bei der Suche nach alternativen Behandlungsoptionen helfen.

Was sollte getan werden, um nicht von Benzodiazepinen abhängig zu werden?

Um eine Abhängigkeit von Benzodiazepinen zu vermeiden, ist es wichtig, diese Medikamente nur gemäß den Anweisungen eines qualifizierten Arztes oder Psychiaters einzunehmen und bestimmte Vorsichtsmaßnahmen zu beachten:

Kurzfristige Anwendung: Benzodiazepine sind in erster Linie für den kurzfristigen Gebrauch bestimmt. Verwenden Sie sie nur, wenn sie von einem Arzt verschrieben wurden, und nur für den Zeitraum, der zur Linderung Ihrer Symptome erforderlich ist.

Dosierungseinhaltung: Nehmen Sie die Medikamente genauso ein, wie es Ihr Arzt verordnet hat, und überschreiten Sie niemals die verschriebene Dosis.

Regelmäßige Überprüfung: Wenn Ihr Arzt Benzodiazepine zur Behandlung Ihrer Symptome verschreibt, sollten regelmäßige ärztliche Untersuchungen und Gespräche über den Fortschritt Ihrer Behandlung stattfinden. Ihr Arzt kann überwachen, ob die Medikamente weiterhin notwendig sind und gegebenenfalls alternative Behandlungsoptionen empfehlen.

Informierte Entscheidungen: Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die Risiken und Vorteile von Benzodiazepinen sowie über mögliche Alternativen. Informieren Sie Ihren Arzt über Ihre medizinische Vorgeschichte, insbesondere über frühere Suchterkrankungen.

Vermeidung von Missbrauch: Verwenden Sie Benzodiazepine ausschließlich zur medizinischen Behandlung und nicht für Freizeitzwecke oder zur Selbstmedikation. Vermeiden Sie auch die gleichzeitige Einnahme von Alkohol oder anderen zentralnervösen Depressiva.

Tägliche Routine: Wenn Sie Benzodiazepine verschrieben bekommen, versuchen Sie, eine tägliche Routine für die Einnahme zu entwickeln, um versehentliche Doppel- oder Fehldosen zu vermeiden.

Entwöhnung unter ärztlicher Aufsicht: Wenn es an der Zeit ist, die Einnahme von Benzodiazepinen zu beenden, sollten Sie dies nie abrupt tun. Ihr Arzt wird Ihnen eine schrittweise Reduzierung der Dosis empfehlen, um Entzugssymptome zu minimieren.

Selbstbeobachtung: Achten Sie auf Anzeichen von Abhängigkeit, wie eine erhöhte Toleranz, das Gefühl, dass Sie ohne das Medikament nicht funktionieren können, oder den Wunsch, die Dosis

eigenmächtig zu erhöhen. Wenn Sie solche Anzeichen bemerken, sprechen Sie sofort mit Ihrem Arzt (ebd.).

Es ist wichtig zu verstehen, dass Benzodiazepine wirksame Medikamente zur Behandlung bestimmter Erkrankungen sind, aber sie müssen sorgfältig und verantwortungsbewusst verwendet werden, um das Risiko einer Abhängigkeit zu minimieren. Die Kommunikation mit Ihrem Arzt und die Einhaltung seiner Empfehlungen sind entscheidend, um sicherzustellen, dass Sie die Medikamente sicher und effektiv verwenden.

Am sichersten ohne Abhängigkeit

Benzodiazepine sind Medikamente, die in der Regel am sichersten und effektivsten sind, wenn sie nur für einen begrenzten Zeitraum und unter ärztlicher Aufsicht eingenommen werden. Es gibt keine spezifische Zeit, in der die Einnahme von Benzodiazepinen garantiert nicht abhängig macht, da das Abhängigkeitsrisiko von verschiedenen Faktoren abhängt, einschließlich der individuellen Veranlagung zur Abhängigkeit und der Art der verschriebenen Benzodiazepine. In vielen Fällen werden Benzodiazepine verschrieben, um akute Symptome zu behandeln, wie beispielsweise schwere Angstzustände, Schlafstörungen oder epileptische Anfälle. In solchen Situationen kann eine kurzfristige Anwendung unter ärztlicher Aufsicht angemessen sein, um rasche Linderung zu bieten. Wenn Benzodiazepine jedoch über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, steigt das Risiko einer Abhängigkeit erheblich. Daher sollten sie nur in Ausnahmefällen und nach sorgfältiger Abwägung der Risiken und Vorteile über einen längeren Zeitraum verschrieben werden.

Es ist wichtig, dass Sie die Einnahme von Benzodiazepinen nie eigenmächtig beginnen oder stoppen und immer die Anweisungen Ihres Arztes befolgen. Wenn Sie Bedenken bezüglich der Abhängigkeitsentwicklung haben oder nach Alternativen suchen, sollten Sie dies mit Ihrem Arzt besprechen. Ihr Arzt kann Ihnen helfen, den besten Ansatz für Ihre individuellen Bedürfnisse zu finden und sicherzustellen, dass Sie die Medikamente so sicher wie möglich verwenden.

Komplikationen und Nebenwirkung von Benzodiazepinen

Die Einnahme von Benzodiazepinen kann verschiedene Komplikationen und Nebenwirkungen mit sich bringen. Es ist wichtig zu beachten, dass nicht jeder, der Benzodiazepine einnimmt, alle diese Nebenwirkungen erfährt, und die Schwere der Nebenwirkungen kann von Person zu Person unterschiedlich sein. Zu den möglichen Komplikationen und Nebenwirkungen von Benzodiazepinen gehören:

Körperliche Abhängigkeit: Eine der Hauptkomplikationen ist die Entwicklung einer körperlichen Abhängigkeit von Benzodiazepinen. Dies kann auftreten, wenn Sie die Medikamente über einen längeren Zeitraum einnehmen und sie plötzlich absetzen. Entzugssymptome können auftreten, wenn der Körper nach dem Medikament verlangt. Zu den Entzugssymptomen gehören Schlafstörungen, Angst, Zittern, Schweißausbrüche, Übelkeit und in schweren Fällen Krampfanfälle.

Psychische Abhängigkeit: Neben der körperlichen Abhängigkeit kann auch eine psychische Abhängigkeit von Benzodiazepinen auftreten, bei der Sie das Gefühl haben, dass Sie ohne die Medikamente nicht normal funktionieren können. Dies kann zu einem Missbrauch oder einer übermäßigen Einnahme führen.

Toleranzentwicklung: Nach längerer Anwendung von Benzodiazepinen kann sich eine Toleranz entwickeln, was bedeutet, dass höhere Dosen erforderlich sind, um die gleiche Wirkung zu erzielen. **Sedierung und Schläfrigkeit:** Benzodiazepine haben beruhigende Effekte und können Schläfrigkeit verursachen. Dies kann die Fähigkeit zur Konzentration und das Reaktionsvermögen beeinträchtigen, was zu Unfällen oder Verletzungen führen kann.

Gedächtnisprobleme: Einige Menschen erleben Gedächtnisprobleme, insbesondere Schwierigkeiten beim Erinnern von Ereignissen, die während der Einnahme von Benzodiazepinen aufgetreten sind.

Koordinationsprobleme: Benzodiazepine können die motorische Koordination beeinträchtigen und das Risiko von Stürzen und Verletzungen erhöhen.

Depression: Bei einigen Personen können Benzodiazepine depressive Symptome verstärken oder auslösen.

Paradoxe Reaktionen: In seltenen Fällen können Benzodiazepine paradox wirken und Symptome wie Unruhe, Aggression und Verwirrung auslösen.

Missbrauch und Sucht: Bei unsachgemäßem Gebrauch oder Missbrauch können Benzodiazepine süchtig machen und erhebliche gesundheitliche Risiken mit sich bringen.

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten und Alkohol: Benzodiazepine können gefährliche Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten haben, insbesondere wenn sie zusammen mit Alkohol oder anderen zentralnervösen Depressiva eingenommen werden.

Es ist wichtig, dass Sie Benzodiazepine nur gemäß den Anweisungen eines qualifizierten Arztes oder Psychiaters einnehmen und mögliche Nebenwirkungen oder Bedenken mit Ihrem Arzt besprechen. Bei auftretenden Nebenwirkungen oder Anzeichen einer Abhängigkeit sollten Sie unverzüglich ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen (ebd.).

Literaturverzeichnis

Mastenbiörk MD, Meloni MD, (2021) Medical, creations Pharmacology Review - A Comprehensive Reference Guide for Medical, Nursing, and Paramedic Students Taschen Buch.

Andrawis A, (2021) Dissertation, Ganzheitliche Medizin Heilung und Heil, an der Collegium Humanum – Warsaw Management University Univ.

Möller H-J, Laux G, und Deisster A (2010) MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag.

Möller H-J, Laux G, Deister A (2014) Psychiatrie und Psychotherapie, 5. Auflage, Thieme Verlag.

Schuster P, Springer-Kremser M (1997) Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie, 4. Auflage, WUV-Universitätsverlag.

Schuster P, Springer-Kremser M (1998) Anwendungen der Psychoanalyse. Gesundheit und Krankheit aus psychoanalytischer Sicht, 2. überarbeitete Auflage, WUV-Universitätsverlag.

Zepf S, (2000) Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre, Psychosomatik und Sozialpsychologie, Psychosozial-Verlag.

Andrawis Andrawis