

# Alkohol- und Drogenmissbrauch am Arbeitsplatz

*Das Einmaleins der Arbeitssicherheit*



## **Inhaltsverzeichnis**

<b>Einleitung</b> .....	<b>4</b>
<b>Motto</b> .....	<b>4</b>
<b>Kleiner Überblick zur Gesetzeslage</b> .....	<b>5</b>
<b>Zusammenfassung zu den geltenden Bestimmungen zu Alkohol und Drogen am Arbeitsplatz</b> .....	<b>5</b>
<b>Mögliches Schadenspotential von Suchtmitteln</b> .....	<b>5</b>
Drogen.....	6
Alkohol.....	6
Mythen zum Alkoholkonsum.....	6
Sport und Alkohol.....	7
<b>Entstehung einer Sucht</b> .....	<b>8</b>
<b>Wie erkennt man eine Sucht oder Abhängigkeit</b> .....	<b>9</b>
<b>Verhalten beim Erkennen eines Alkohol- oder Drogenmissbrauches</b> .....	<b>9</b>
Beispiel einer Betriebsanweisung bei Alkohol- oder Drogenproblemfällen im Betrieb.....	12
Drogen- und Alkoholabhängigkeit.....	12
<b>Präventive Maßnahmen im Betrieb</b> .....	<b>15</b>
Suchtbezogene Prävention.....	15
<b>Maßnahmen setzen um eine Sucht zu bekämpfen</b> .....	<b>16</b>



## Vorwort Gert Lanz

Die Gesundheit und der Schutz der Mitarbeiter haben in Südtirols Handwerks- und Dienstleistungsbetriebe hohe Priorität. Beide Themen haben in den letzten Jahrzehnten zunehmend an Bedeutung gewonnen, das Verständnis für einen umfassenden Arbeitsschutz hat sich dank erfolgreicher Aufklärungsarbeit gefestigt. Schlussendlich, weil nur gesunde und sichere Arbeitsbedingungen zum geschäftlichen Erfolg beitragen und ein Unternehmen wettbewerbsfähig machen. Wir möchten die Betriebe mit diesem Handbuch unterstützen. Es ist ein nützliches und praxisnahes Instrument, das zur Unfallprävention beiträgt und

den Unternehmern bei der Erfüllung der ansonsten schwer überschaubaren Auflagen im Bereich der Arbeitssicherheit als Nachschlagewerk dient. Denn: nur durch bestmögliche Information und Prävention können Unfälle reduziert und vermieden werden.

### **Gert Lanz**

*Ivh-Präsident*



## Werte Leserinnen und Leser,

Alkohol und Drogen bewirken volkswirtschaftliche Schäden in Milliardensummen. Die ständige über lange Zeiträume hinweg andauernde Schädigung des eigenen Körpers bewirkt Krankheiten mit entsprechenden Ausfall der Arbeitsleistung und Inanspruchnahme von medizinischen und wirtschaftlichen Leistungen für welche die Allgemeinheit aufkommen muss. Außerdem reicht die Palette der unmittelbaren Auswirkungen von Konzentrationsstörungen und verzögerter Reaktionsfähigkeit bis hin zur verzerrten Wahrnehmung der Wirklichkeit. Lastet auf die Betroffenen eine wirtschaftliche oder vom Umgang mit Maschinen und Arbeitsgeräten herrührende Verantwortung, können auch Arbeitskollegen durch Unfälle geschädigt werden bzw. kann im Betrieb leicht ein großer Schaden entstehen, zumal dieser die finanziellen Folgen und Einbußen haftet. Daher ist die Prävention und Aufmerksamkeit gegenüber diesen Substanzen auch eine gute Investition in die Zukunft. Außerdem trägt ein suchtfreies Arbeitsumfeld zu einem guten Arbeitsklima bei und ist auch stressreduzierend, zumal die Arbeitskollegen nicht ständig problematische Arbeitsleistungen des Betroffenen auffangen müssen.

Mit freundlichen Grüßen

### **Dr. Sieghart Flader**

*Amtsdirektor Arbeitsinspektorat, Autonome Provinz Bozen - Südtirol*

## Einleitung



### **Motto: Informiert lebt es sich besser...**

Die vorliegende Broschüre soll einen kleinen Überblick über Maßnahmen zur Vorbeugung von Alkohol- und Drogenmissbrauch in Betrieben schaffen. Speziell der Alkoholkonsum gehört für viele zu unserer westlich geprägten Kultur dazu und ist weit verbreitet und fast immer leicht zugänglich. Wird einem Gast ein alkoholisches Getränk angeboten und er lehnt es ab, gilt dies für die meisten Personen als persönliche Beleidigung. Es soll aber zwischen Alkoholgenuss und Alkoholsucht unterschieden werden; speziell in Betrieben ist es wichtig, den Mitarbeitern, besonders den Lehrlingen, diesen Unterschied zu verdeutlichen. Ein trainierter Säufer wird zwar in der Gaststätte ein „toller Hecht“ sein, hat aber meist in seinem Leben versagt – diese Personen soll und KANN nicht ein Vorbild für unsere Jugend sein! Diese Broschüre soll dementsprechend eine kurze und leichtverständliche Information vermitteln, sei es für die Mitarbeiter, Vorgesetzten, aber auch für die übergeordneten leitenden Mitarbeiter und für den Arbeitgeber.

**Geom. Christian Niklaus, Autor**



**lvh.apa Wirtschaftsverband Handwerk und Dienstleister /  
Confartigianato Imprese**

Mitterweg 7 - 39100 Bozen - Tel. 0471 323 200 - Fax 0471 323 210  
[www.lvh.it](http://www.lvh.it) - [info@lvh.it](mailto:info@lvh.it)

### **QUELLENVERWEISE:**

Es wurden Textauszüge aus folgenden Quellen verwendet: „Drogen“ von Wikipedia – „Sucht: Wenn das Verlangen die Vernunft besiegt“ von SIMONE HERZNER – „Verhaltensorientierte Suchtprävention“ von DHS Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen – „Jugendliche und Alkohol“ von Sucht Schweiz – „Alkohol abbauen“ von Kenn dein Limit

Der Autor und der Produzent lehnt jeglichen Anspruch auf Vollständigkeit ab, sowie jegliche Haftung für fehlerhafte oder unvollständige Angaben, sowie für Druck- oder Übersetzungsfehler in dieser Broschüre.

**Layout:** [www.obkircher.com](http://www.obkircher.com) | T 0471 614103

August 2018

## Kleiner Überblick zur Gesetzeslage

**D.P.R.** Nr. 309 vom Jahr 1990

**Abkommen** vom 18 September 2008 (Conferenza Permanente per i rapporti tra lo stato, le regioni e le province autonome)

**Gesetz** vom 30. März 2001, Nr. 125

**Durchführungsmassnahmen** vom 16 März 2006

**Schema der Vereinbarung zwischen der Regierung, den Regionen und lokalen Behörden** vom 30.10.2007

„**Einheitstext**“ der Arbeitssicherheit

G.v.D. vom 09 April 2008 – Nr. 81, und nachträgliche Abänderungen

## Zusammenfassung zu den geltenden Bestimmungen zu Alkohol und Drogen am Arbeitsplatz

### Mögliches Schadenspotential von Suchtmitteln

Schadenspotential geläufiger Drogen nach „Nutt, 2010“		
Rang	Droge	Punktwert
1	Alkohol	72
2	Heroin	55
3	Crack	54
4	Methamphetamin	33
5	Kokain	27
6	Tabak	26
7	Amphetamin	23
8	Cannabis	20
9	GHB	19
10	Benzodiazepine	15
11	Ketamin	15
12	Methadon	14
13	Mephedron	13
14	Butan	11
15	Khat	9
16	Anabolika	10
17	Ecstasy	9
18	LSD	7
19	Buprenorphin	7
20	Psilocybinhaltige Pilze	6

Anmerkung: Je höher der Punktwert, desto höher das mögliche Schadenpotential



### **Erklärung zur oben angeführten Tabelle aus der Studie von NUTT:**

Das Schadenspotenzial setzte sich aus 16 gewichteten Einzelfaktoren zusammen, welche sich auf die Gruppen physischer, psychischer und sozialer Schaden innerhalb der Dimensionen Selbstschädigung und Fremdschädigung verteilen. Als Droge mit dem insgesamt größten Schadenspotenzial wurde Alkohol mit einer Bewertung von 72 von 100 Punkten identifiziert, gefolgt von Heroin (55) und Crack (54). Das hohe Schadenspotenzial von Alkohol insbesondere in der Dimension Fremdschädigung lässt sich vermutlich teilweise mit der leichten Verfügbarkeit und dem weit verbreiteten und gesellschaftlich tolerierten Konsum erklären. Andere Drogen mit insgesamt hoher Risikobewertung weisen hingegen ein höheres absolutes Selbstschädigungspotenzial auf. Dies dürfte vor allem auf die bei diesen Drogen ausgeprägte Gefahr einer schnellen Abhängigkeitsentwicklung zurückzuführen sein.

**Bemerkung des Autors: die Studie von NUTT über das Schadenspotenzial von Suchtmitteln ist in Fachkreisen noch heutzutage umstritten und ist sicherlich nicht als alleinige „Wahrheit“ zu definieren.**

### **Drogen**

Das Wort Droge bezeichnet in der Umgangssprache heute oft rauscherzeugende Substanzen (Rauschdrogen, Rauschmittel oder Rauschgifte). Dabei handelt es sich um psychotrope Stoffe und ihre Zubereitungen, die im zentralen Nervensystem eine bewusstseins- und wahrnehmungsverändernde Wirkung hervorrufen können.

### **Alkohol**

Gesetzliche Definition von alkoholischen Getränken:  
Getränk mit einem Alkoholgehalt über 1,2 %.  
Als Superalkohol wird ein Getränk mit einem Alkoholgehalt über 21% angegeben.

*Am Arbeitsplatz ist die Verabreichung von Wein, Bier oder anderen alkoholhaltigen Produkten verboten.*



### **Mythen und Wahrheiten zum Alkoholkonsum:**

Sofort nach der Einnahme von Alkohol beginnt die Aufnahme ins Blut, ein kleiner Teil gelangt über die Mundschleimhaut und die Schleimhaut der Speiseröhre direkt in die Blutbahn. Bis zu einem Viertel wird über die Magenschleimhaut aufgenommen, und der Rest gelangt über den Darm ins Blut.

Die Geschwindigkeit mit welcher Alkohol ins Blut gelangen kann ist verschieden. Es gibt verschiedene Faktoren, welche die Aufnahmegeschwindigkeit erhöhen, wie warme alkoholische Getränke, kohlenensäurehaltige alkoholische Getränke, Getränke mit Alkohol und Zucker, schnelles Trinken, leerer Magen oder z.B. Krankheiten und schlechte körperliche Verfassung.

*Als Faustregel gilt: nach einer Stunde ist der Alkoholspiegel im Blut um etwa 0,1 – 0,2 Promille gesunken.*

Alkohol wirkt auf unsere Körperzellen als Gift ein. Über Haut, Niere und Lunge scheiden wir nur einen geringen Teil des Alkohols wieder aus, darum können Betrunkene nach Alkohol riechen. Ca. 90% Prozent der Arbeit leistet aber unsere Leber. Die größte Drüse unseres Körpers baut Alkohol ab, um unsere Zellen vor dem Absterben zu schützen, dabei spielen eigene Enzyme eine wesentliche Rolle.

Untersuchungen haben bewiesen: Unser Körper baut Alkohol mit annähernder konstanter Geschwindigkeit ab. **Auch wenn viele auf ihr Geheimrezept zum schnellen Abbau schwören - nichts davon hilft wirklich.**

Den Alkoholabbau im Körper kann man, gegenteiliger Meinungen mit den üblichen „Hausmittel“ nicht beschleunigen! Also helfen folgende Dinge nicht, den Alkoholabbau zu beschleunigen:

- Kaffee
- Sport
- viel Wasser trinken
- schwitzen
- frische Luft

Zwar kann sich der Körper danach frischer oder erholter anfühlen, an der Blutalkoholkonzentration ändert dies jedoch nichts.

### Sport und Alkohol

Entgegenläufig von regelmäßiger Suggestion durch Werbeschaltungen von renommierten Herstellern alkoholischer Getränke, ist das Konsumieren von Alkohol vor, während oder nach dem Sport für den Körper **NIE** förderlich. Alkohol entwässert den Körper und verhindert dadurch bei sportlicher Betätigung oder starkem Schwitzen den Ausgleich des Wasserhaushalts. Dem Körper wird leistungswichtige Flüssigkeit entzogen und zudem hemmt Alkohol den weiteren Muskelaufbau und dessen Regeneration, denn der Körper ist zunächst mit dem Abbau des Alkohols (Gift) beschäftigt, bevor er sich wieder der Aufnahme von Eiweiß widmet.

**Gegenüberstellung des Gesetzes vom 30. März 2001 Nr. 125** „Legge quadro in materia di alcol e di problemi alcol correlati (provvedimento 16 marzo 2006)“ mit dem

**Schema der Vereinbarung zwischen der Regierung, den Regionen und lokalen Behörden vom 30.10.2007**, zur Materie der Feststellungen des Nichtvorhandenseins von Drogenabhängigkeit

Nicht komplette Auflistung von beruflichen Aktivitäten (welche als gefährliche Arbeiten eingestuft wurden), in welchen ein ärztliches Befähigungszertifikat notwendig ist (eventuelle Alkoholtest **können** laut dem Gesetz vom 30. März 2001 Nr. 125 durch den Arbeitsmedizi-

ner durchgeführt werden – die angeführten Tätigkeiten laut Schema der Vereinbarung vom 30.10.2007 **müssen** hingegen einen regelmäßigen Drogentest durchführen)

Gesetz vom 30. März 2001 Nr. 125 – Maßnahmen zum Alkoholverbot	Schema der Vereinbarung vom 30.10.2007 – Maßnahmen zum Drogenverbot
Beim Einsatz von giftigen Gasen	Beim Einsatz von giftigen Gasen
Führen von Dampfdruckkesseln	/
Wartung von Aufzügen	/
Wartungspersonal für Sicherheitssysteme in Betrieben mit einem hohen Brandrisiko	/
Personen, welche zur Arbeit Waffen tragen	/
Fahrer von Fahrzeugen mit Führerschein B/C/D/E; mit Berufsführerschein oder mit ADR Gefahrgut	Fahrer von Fahrzeugen mit Führerschein C/D/E; mit Berufsführerschein oder mit ADR Gefahrgut
Bediener, Fahrer, Lenker von Fahrzeugen auf Schienen, Rädern oder Hebemitteln, mit Ausnahme der Bediener von Portal- kränen mit Fernbedienung vom Boden aus und Einschienensystem	Bediener, Fahrer, Lenker von Fahrzeugen auf Schienen, Rädern oder Hebemitteln, mit Ausnahme der Bediener von Portal- kränen mit Fernbedienung vom Boden aus und Einschienensystem
Fahrer und Lenker von Erdbewegungsmaschinen	Fahrer und Lenker von Erdbewegungsmaschinen
Beauftragte für die Produktion, Verpackung, Lagerung, Transport und Verkauf von Explosivstoff	Aktiv beauftragte Personen für die Produktion, Verpackung, Lagerung, Transport und Verkauf von Explosivstoff
Mitarbeiter im Bauwesen (Hoch- und Tiefbau), sowie alle Mitarbeiter, welche Arbeiten mit einem möglichen Absturzhöhe über 2 m durchführen	/
Für alle Beschäftigten in Minen oder Tunnel	/

Sollte das Tätigkeitsgebiet der Arbeit unter das Gesetz vom 30. März 2001 Nr. 125 fallen, so muss der Arbeitgeber ein klares und unmissverständliches Alkoholverbot für die Mitarbeiter in der Arbeit aussprechen!

### **Entstehung einer Sucht**

Vereinfacht erklärt wird die Abhängigkeit von einem Stoff oder einem Verhalten durch eine Fehlsteuerung des Belohnungssystems im Gehirn hervorgerufen. Dinge, die Menschen als positiv wahrnehmen, das könnte ein Lächeln oder Lob, Essen oder Einkaufen sein, führen dazu, dass im Gehirn vermehrt Hormone ausgeschüttet werden, die uns Glück oder Eupho-



rie empfinden lassen. Alkohol und anderen Rauschmittel können ebenfalls zu einer solchen Hormonausschüttung führen. Wird das, was uns so glücklich macht, regelmäßig konsumiert, gewöhnt sich der Körper an den erhöhten Hormonspiegel und das hormonelle Gleichgewicht im Gehirn verschiebt sich, zusätzlich sinkt die körpereigene Hormonproduktion, was die Stimmungslage weiter verschlechtern kann. Der Drang, das Suchtmittel wieder zu konsumieren, wird immer stärker und das Gehirn verlangt nach mehr.

Beim regelmäßigen Konsum berauschender Substanzen kommt es teilweise zu einer weiteren Veränderung der Botenstoffe im Gehirn, da sich die Gehirnchemie der Zufuhr der Droge anpasst.

Beispiel Alkohol: Er verändert mit seiner beruhigenden Wirkung das Verhältnis zwischen dämpfenden und aktivierenden Botenstoffen. Das Gehirn strebt jedoch zu einer optimalen Balance. Wird häufig Alkohol konsumiert, setzt im Gehirn daher die aktivierende Gegenregulation ein (Das bedeutet, dass die ursprünglich beruhigende Wirkung des Alkohols abgemildert wird). Um die gleiche Wirkung zu erzielen, muss der Mensch folglich immer mehr Alkohol trinken. Das führt einerseits zur Toleranzentwicklung gegenüber dem Rauschmittel, andererseits zur möglichen Steigerung der Dosis. Hat sich das Gehirn erst einmal auf die Zufuhr von Alkohol eingestellt, reduziert es die Eigenproduktion von dämpfenden Botenstoffen. Bei plötzlicher Abstinenz überwiegen daher die erregenden Mechanismen. Der Körper braucht Alkohol, um wieder ein angenehmes Gleichgewicht zu erlangen, andernfalls kommt es zu Entzugserscheinungen.

### **Wie erkennt man eine Sucht oder Abhängigkeit**

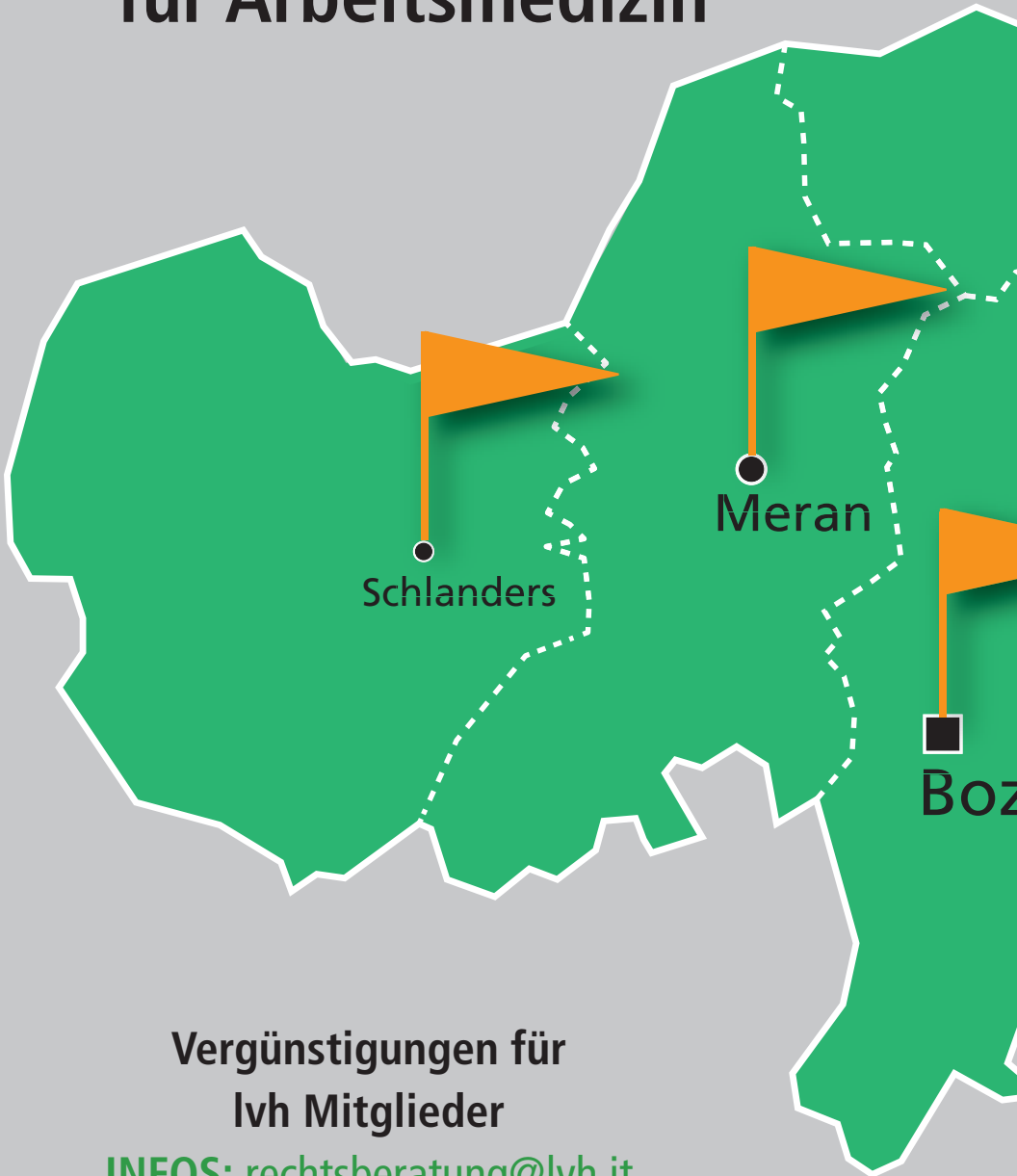
Anzeichen, die meist auf eine Sucht hindeuten:

- Starker Drang, das Suchtmittel zu konsumieren
- Verlust über die Kontrolle des Konsums
- Entzugssymptome sowie Suchtmittel-Konsum, um diese Symptome zu lindern oder zu vermeiden
- Toleranzentwicklung, das heißt, dass eine zunehmend höhere Dosis für die gleiche Wirkung benötigt wird
- Reduzierung anderer Interessen und ein eingegengtes Verhaltensmuster, um das Suchtmittel regelmäßig konsumieren zu können
- Fortführung des Konsums trotz des Wissens um negative körperliche, psychische oder soziale Konsequenzen

### **Verhalten beim Erkennen eines Alkohol- oder Drogenmissbrauches**

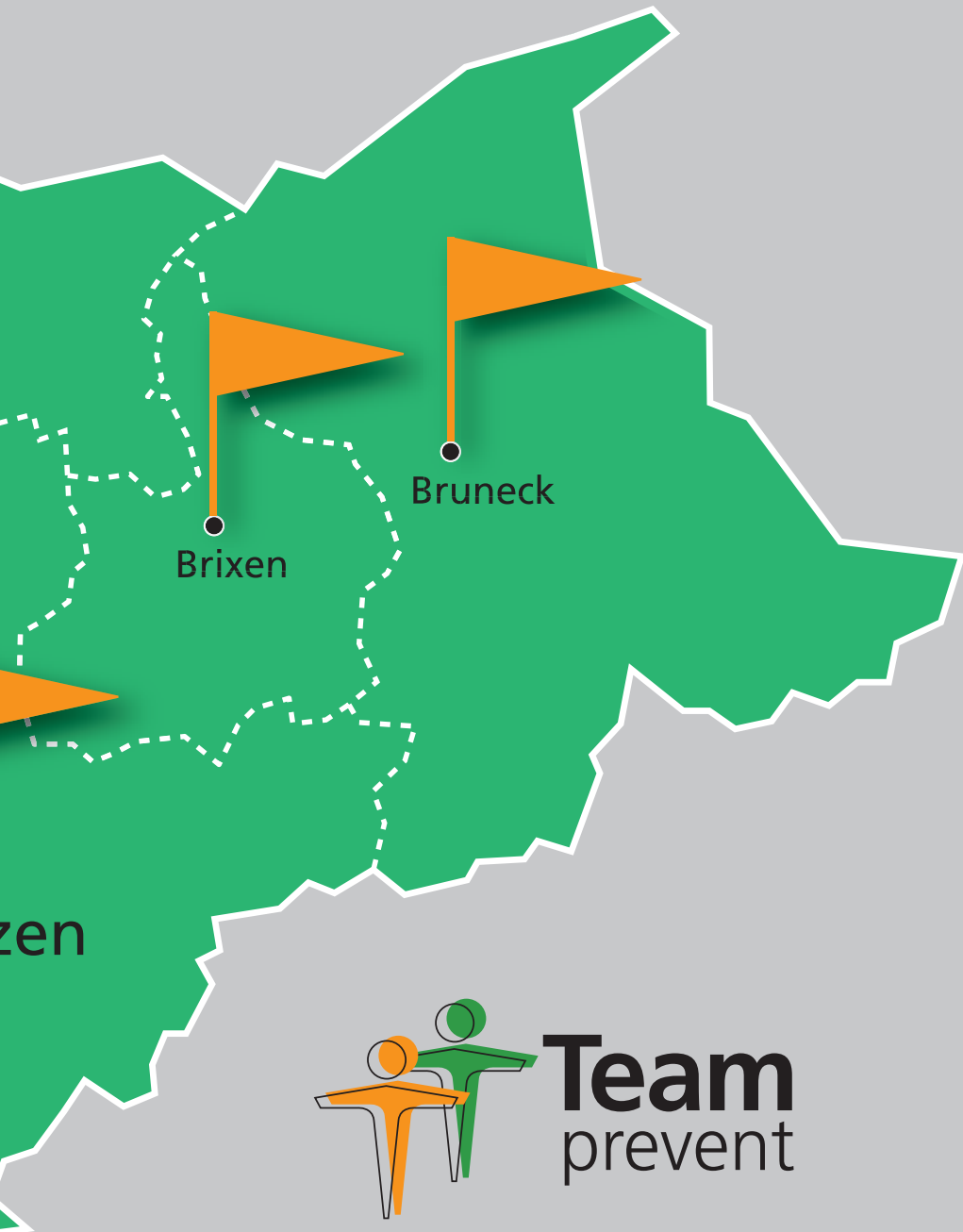
Beim Verdacht eines eventuellen Rauschmittelkonsums, vor oder bei der Arbeit, ist der Arbeitgeber darüber zu informieren. Bedenken Sie, dass die Person sich dadurch selbst oder auch andere in Gefahr bringen kann. Fordern sie die betroffene Person zu sofortiger Arbeitsbeendigung auf und erteilen Sie Ihr keine neuen Arbeitsaufgaben mehr. Stellen sie sicher, dass die Person sich nicht in einem Gefahrenbereich aufhält und fordern Sie Anweisung durch die Firmenleitung an. Bleiben Sie bei Ihr, bis die Angelegenheit in Sicherheit geklärt

# Ivh Partner für Arbeitsmedizin



Vergünstigungen für  
Ivh Mitglieder

INFOS: [rechtsberatung@lvh.it](mailto:rechtsberatung@lvh.it)



Brixen

Bruneck

zen



**Team**  
prevent

Arbeitsmedizinische Ambulatorien  
in ganz SÜDTIROL

ist. Lassen sie die betroffene Person nicht alleine und schicken Sie den Betroffenen nicht ohne spezielle Vorsichtsmaßnahmen nach Hause.

Jeder Betrieb sollte eine spezielle Betriebsanweisungen an die Mitarbeiter für diesen Fall erlassen:

**Beispiel einer Betriebsanweisung bei Alkohol- oder Drogenproblemfällen im Betrieb:**

Verhindern Sie, dass der betroffene Mitarbeiter (welcher unter eindeutigen Drogen-, Medikamenten- oder Alkoholeinfluss steht) gefährliche Arbeiten verrichtet (z.B. den Gabelstapler, Bagger, Kran benützt, u.s.w.).

Lassen Sie ihn generell keine Tätigkeiten bei der Arbeit ausführen.

Lassen Sie ihn nicht Auto, Lieferauto, LKW oder andere Transportmittel benützen.

Lassen Sie ihn im Aufenthaltsraum verweilen und verständigen Sie den Vorgesetzten oder Arbeitgeber.

Wenn der körperliche Zustand der Person besorgniserregend ist, verständigen Sie die Rettung über die Notrufnummer 112.

Wenn die betroffene Person aggressiv ist, verständigen sie die Polizei.

**Je nach Situation kann der Betroffene:**

- In der Firma unter Aufsicht verbleiben (aber außerhalb der Gefahrenbereiche).
- Von den verständigten Familienangehörigen nach Hause gebracht werden.
- Im Notfall auch von Mitarbeitern im Auto nach Hause gebracht werden (in diesem Fall, muss eine 2. Begleitperson im Autos anwesend sein und der Betroffene auf dem Hintersitz, nicht hinter dem Fahrer verweilen, sowie mit dem Gurt gesichert sowie die „Kindersperre“ der Rücktüren aktiviert sein)
- Durch ein Taxi auf eigene Spesen nach Hause gebracht werden.

**Drogen- und Alkoholabhängigkeit**

Es gibt einige Anzeichen, sowohl körperliche als auch das Verhalten betreffende, welche einen Drogenkonsum anzeigen. Jede Droge hat ihre eigenen spezifischen Manifestationen, aber es gibt einige generelle Anzeichen, dass jemand Drogen konsumiert...

**Das Erscheinungsbild der Person**

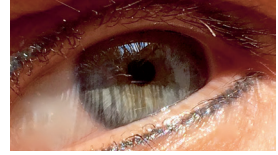
Ein mangelndes Interesse an Kleidung, Körperpflege und körperlicher Hygiene kann ein Hinweis auf ein Drogenproblem sein. Das stimmt vor allem dann, wenn die Person einst sehr bedacht auf ihr Aussehen und ihr Auftreten in der Öffentlichkeit war.



*Besonders Flecken auf der Kleidung, wie Erbrochenes, Urin, Blut oder Verbrennungen deuten auf ein größeres Problem hin.*

### Die Augen der Person

Die Augen einer Person wirken oft auffällig verändert, wenn sie unter Drogeneinfluss steht. Rote, blutunterlaufene, glasige und unkoordinierte Augen können Anzeichen für Drogenkonsum sein.



#### **Bestimmte Drogen können die Augen einer Person folgendermaßen verändern:**

- Alkohol lässt die Augen glasig und unkoordiniert wirken.
- Marihuana lässt die Augen blutunterlaufen und rot werden.
- LSD, Ecstasy, Kokain, Amphetamine und Methamphetamine lassen die Pupillen vergrößert erscheinen.
- Opiate, wie z.B. Heroin oder narkotische Schmerzmittel, können die Pupillen verengt (geschrumpft) wirken lassen.

### Der Geruch einer Person

Ein seltsamer oder unangenehmer Körpergeruch kann ein Hinweis auf Drogenkonsum sein. Alkohol und Drogen können auch manchmal am Mundgeruch einer Person erkannt werden, daran wie ihre Kleidung riecht oder sogar am Geruch der Haut. Körpergeruch, der auf unzureichende Körperhygiene zurückzuführen ist, kann ebenfalls ein Hinweis auf Drogenkonsum sein.

Alkohol ist meist noch lange nach dem letzten Drink im Atem einer Person zu erkennen und kann bei starkem Konsum am nächsten Tag noch aus den Hautporen treten. Marihuana-Geruch kann sich in Textilien festsetzen.

- Methamphetamin kann zu einem chronisch schlechten Atem führen. Meth-Labore stinken oft nach Schwefel, verrotteten Eiern und extrem starken chemischen Reinigungsmitteln.
- Wenn Crack geraucht wird, riecht es nach verbrannten Gummi oder Plastik.
- Kokain riecht leicht nach Benzin oder Äther und Heroin etwas nach Essig. (Achtung: Viele aufputzende Mittel und Opiate haben aber keine starken Eigengerüche.)

### Veränderungen der Nasen Nebenhöhlen

Ungewöhnliches oder exzessives Schnüffeln (Hochziehen der Nase) oder regelmäßiges Nasenbluten kann auf das „Ziehen“ von Drogen zurückzuführen sein. Kokain, Heroin, Meth, Ecstasy und viele andere Drogen können durch die Nase geschnupft werden. Wenn Drogen „gezogen“ werden, gelangen sie über die sensiblen Nasenschleimhäute in den Blutkreislauf, wodurch sich auch überschüssiger, schützender Schleim bildet und es manchmal auch zu Blutungen kommt.

### **Nadelstiche auf dem Körper der Person**

Achte auch auf blaue Flecken, die auf eine Drogeninjektion von Heroin, Kokain oder Meth hindeuten könnten, besonders an den Armen. Wiederholte Einstiche sorgen für immer deutlichere Spuren und Narben auf der Haut.

- Je öfter eine Person Drogen injiziert, desto öfter muss sie nach neuen Stellen suchen, an denen sie die Nadel einstechen kann, da die vorherigen Einstichstellen unter kollabierenden Venen und Narben leiden.
- Wenn jemand seinen Körper, speziell bei hohen Temperaturen, mit übermäßig viel Kleidung bedeckt, will er damit vielleicht Eiterungen, Abszesse, Infektionen, Verkrustungen und Hautschäden verdecken.

### **Ungewöhnliche Körperreaktionen**

Wenn jemand zittert, obwohl es warm ist, schwitzt, obwohl es kalt ist, oder unkontrollierbar zittert, kann das auf Entzugserscheinungen zurückzuführen sein. Wenn jemand drogenabhängig ist, können Entzugserscheinungen bereits wenige Stunden nach dem letzten Konsum einsetzen.

### **Abnehmende Aufmerksamkeitsspanne, Erinnerungslücken, Motivations- und/oder Konzentrationsprobleme**

Nachlassende Leistungen bei der Arbeit stehen oft auch mit Drogen in Zusammenhang. Drogen senken nicht nur das mentale Fassungsvermögen, sie bestimmen auch den Denkprozess des Konsumenten. Anstatt sich auf Probleme zu konzentrieren, die mit dem eigenen Beruf in Zusammenhang stehen, denkt ein Drogenkonsument oft nur daran, wie er das nächste Mal „high“ werden und wie er sich neue Drogen, bzw. Alkohol beschaffen kann

### **Veränderungen im sozialen Leben der Person**

Hat sich die Person zurückgezogen und meidet ihre Berufskollegen? Reagiert sie immer öfter gereizt und distanziert auf Berufskollegen?

Gehen Sie sehr vorsichtig vor, wenn man den möglichen Drogenkonsum ansprechen will. Es ist darauf zu achten, dass man keine Anschuldigungen macht oder die Person verurteilt. Ansonsten kann sich die Person entfremden und zurückziehen.



### Präventive Maßnahmen im Betrieb

Der Betrieb sollte, gerade bei legal erhältlichen Suchtmitteln wie Alkohol, eine strikte Betriebsregelung verfolgen und das Verbot nicht als „unnützes Gesetz“ abtun, sondern im Eigeninteresse und effektiv ein Verbot von alkoholischen Getränken vorgeben, sowie auch vorleben. Es nützt nichts, den Mitarbeitern den Alkohol am Arbeitsplatz zu verbieten und ihn aber dort als Arbeitgeber selber zu konsumieren. Das gleiche gilt auch bei betriebsinternen internen Feiern (z.B. den Geburtstag eines Mitarbeiters) oder Einladungen zum Arbeitessen.

*Frage: Ist man imstand zumindest den Arbeitstag ohne Alkoholgenuss zu bewältigen?*



*Wenn man im Betrieb als Arbeitgeber den Mitarbeitern „kistenweise“ Bier bereitstellt, darf man sich über mögliche Entgleisungen und Entstehung von Problemfällen nicht wundern.*

### Suchtbezogene Prävention

Bei der sogenannten „suchtbezogenen Prävention“ handelt es sich um Maßnahmen im Betrieb, die mehrere Wege gehen können:

- Führen sie Information und Aufklärung über Suchtmittel ein, z.B. über die Bereitstellung von Fragebögen zur Auswirkungen von Suchtmittel an die Mitarbeiter, damit SIE sich mit dem Thema beschäftigen
- Weisen sie auf Risiken im Zusammenhang mit Suchtmittelgebrauch hin
- Machen sie auf eine Suchtgefährdung aufmerksam, eventuell auch mit Beispielen (natürlich anonymen) von Süchtigen und deren Werdegang
- Legen sie die Ziele Ihrer betrieblichen Prävention dar, speziell zur Sensibilisierung von Führungskräften und Vorgesetzten.
- Motivieren Sie potenzielle „Betriebshelden“ (das heißt Mitarbeiter, welche als Vorbild von den anderen Mitarbeitern angesehen werden) zum korrekten Umgang mit Suchtmittel; die meisten Mitarbeiter werden Ihren Vorbildern folgen (vergleichen Sie dies, mit dem Nachahmen vieler Personen von „Hollywood Helden“).

*Halten Sie im Betrieb bei Gesprächen mit Mitarbeiter fest, dass ein Abhängiger alles andere als einen „tollen Hecht“ darstellt – sondern eigentlich ein „armer Schlucker“ ist...*

## **Maßnahmen setzen um eine Sucht zu bekämpfen**

Das Gehirn des Süchtigen muss erst wieder lernen, selbst ausreichend „Willenskraft“ gegen den Konsum von Drogen und Suchtmitteln bereitzustellen. Erst nach etwa ein bis drei Wochen Entzug hat der **Körper** wieder ein gesundes Gleichgewicht erreicht, der körperliche Entzug ist nun vorüber.

*Wenn ein trockener Alkoholiker selbst nach längerer Abstinenz wieder zu trinken anfängt, kann das mögliche Suchtverhalten, verbunden mit dem Ausstoß von „Glücksbotenstoffen“ im Gehirn, schnell wieder anspringen. Ein kontrollierter Konsum, für einen ehemals Süchtigen, ist kaum oder zumindest nur selten möglich.*

Deshalb ist es auch oft vorteilhaft in dieser Phase eine Ersatzbeschäftigung gegen den Konsum von Rauschmitteln aufzubauen. Durch den gezielten Aufbau dieser „**Ersatzdroge**“ (z.B. Sport, Hobbys oder andere Beschäftigungen, welche die Person gerne betreibt oder betrieben hatte) kann dies oft als besten gelingen – diese „Ersatzsucht“ sorgt für den vermehrten Ausstoß von Hormonen, welche ein zufriedenes Gefühl oder sogar ein Glücksgefühl bewirken können und somit der Verzicht auf die üblichen Suchtmittel erleichtert werden kann.

*Anstatt sich als **Belohnung**, nach der getätigten Arbeit, mehrere Bier zu gönnen, kann Sport als Belohnungsprinzip eine gesündere Alternative darstellen.*

Von äußerster Wichtigkeit ist, speziell in der Entwöhnungs- und Stabilisierungsphase, nicht die Orte des üblichen Konsums und die damit verbundenen Kontakte und Gewohnheiten aufzusuchen, ja sogar zu meiden, um damit die möglichen Projektierungen auf das alte, vermeintliche suchtgebundene, „Belohnungs- und Glücksempfinden zu vergessen“. Gerade hier besteht eine große Gefahr der Wiederaufnahme der schlechten Gewohnheiten, auch durch „Anstiftung“ von anderen noch suchtgebundenen Personen in diesem Umfeld.

Was können umstehende Personen und Arbeitskollegen unternehmen:

- Auch wenn es schwerfällt, suchen Sie das direkte Gespräch mit dem Betroffenen.
- Äußern Sie Ihre Sorgen und Beobachtungen diesbezüglich.
- Vermeiden Sie Vorwürfe zu erheben.
- Zeigen Sie der Person, dass man sein Suchtverhalten erkennt und machen Sie subtile Bemerkungen, um ihn selbst zu bewegen gegen seine Abhängigkeit anzukämpfen.

Wichtig ist es, dass der Betroffene anfängt sich selbst Gedanken über sein Suchtverhalten zu machen. Damit ist bereits der erste Schritt zur Suchtbekämpfung gemacht. Ermutigen Sie ihn

eventuell bei speziellen Hilfsprogrammen zur Suchtbewältigung teilzunehmen oder helfen Sie Ihm eine gesündere Ersatzbeschäftigung (zur Überwindung seiner Sucht) aufzubauen.

*Bei der Erkennung von Problemfällen sollte man das konstruktive Gespräch unter „4 Augen“ mit der betroffenen Person suchen; die Firmenleitung ist zu informieren (diskret, ohne das Problem den anderen Arbeitnehmern „auf die Nase zu binden“, denn dadurch könnte sich die betroffene Person einkapseln und für eventuelle Lösungen nicht mehr zugänglich werden).*





DRIVE | SPORTS | EVENTS

# safety PARK

Südtirol - Alto Adige

## DAS VERKEHRSSICHERHEITZENTRUM SAFETY PARK

160.000 m<sup>2</sup> modernste Technik, 5 unterschiedliche Pisten für das Fahrsicherheitstraining mit speziellem Grip-Belag, Wasserhindernissen und einer modernen Schleuderplatte warten im Verkehrssicherheitszentrum Safety Park in Pfatten auf Fahrzeuglenker aller Altersgruppen, auf Fahranfänger gleichermaßen wie auf Berufskraftfahrer aller Kategorien.

Für Sie als Handwerksbetrieb besteht die Möglichkeit, unsere Fahrsicherheitskurse im Rahmen der Ausbildung im Bereich der Arbeitssicherheit zu besuchen. Die Kurse werden allen LVH-Mitgliedern zu besonderen Konditionen angeboten.

Safety Park: Mit Sicherheit mehr erleben!

**Fragen Sie nach maßgeschneiderten Paketen zur Erlangung von Punkten für die INAIL-OT24-Prämienreduzierung!**

Verkehrssicherheitszentrum  
Safety Park

Frizzi Au 3  
39051 Pfatten

Tel. +39 0471 220 800  
info@safety-park.com  
www.safety-park.com

[WWW.SAFETY-PARK.COM](http://WWW.SAFETY-PARK.COM)