

„Nach dem Filmriss hören



Aus Spaß wird Ernst

Was lustig beginnt, endet häufig in der Klinik. Die Gründe: Gruppen-
druck, Frust, Selbstüberschätzung

+++ 25.2.2007, Lukas (16) fällt nach 52 Tequila ins Koma und stirbt vier Wochen später +++ 25.3.2007, ein Mädchen (15) wird mit 4,1 Promille in eine Berliner Klinik eingeliefert
+++ 20.10.2008, Bayern: eine 12-Jährige betrinkt sich aus Liebeskummer und kommt mit 2 Promille ins Krankenhaus +++

**Fast 20 000
Teenager erlitten
im letzten Jahr
eine schwere
Alkoholvergiftung
– eine von ihnen:
Cindy, 15 Jahre**

von Andrea Bunte

Als das Telefon Cornelia Fuhrmann in dieser Freitagnacht im Mai aus dem Bett klingelt, ahnt sie nichts Böses. „Aber als ich realisierte, was passiert war, war ich sofort hellwach“, erinnert sich die 39-Jährige aus Weil am Rhein. Ihre Tochter Cindy (15) war mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus eingeliefert worden. „Wir fielen aus allen Wolken. Schließlich hatte unsere Tochter uns erzählt, dass sie bei einer Freundin übernachten würde. Und dann das!“, sagt die Erzieherin und seufzt.

Mit so einem Erlebnis sind die Fuhrmanns kein Einzelfall. Rund 20 000 Minderjährige wurden im letzten Jahr wegen einer Alkoholvergiftung in Krankenhäusern in ganz Deutschland behandelt. Quer durch alle Schichten. Damit hat sich die Zahl seit 2000 fast verdreifacht.

„Als wir am nächsten Morgen in die Klinik kamen, sagten uns die Ärzte, dass Cindy in der Nacht 1,2 Promille hatte. Für einen Teenager-Körper, der nicht an Alkohol gewöhnt ist, sei das sehr viel“, erzählt Cornelia. Später gab Cindy zu, dass sie aus Frust über ihren Ex-Freund einige Wein-Mixgetränke getrunken hatte. Wie viele es waren, wusste sie nicht mehr.“

Am nächsten Tag kann Cindy sich nicht daran erinnern, wie sie ins Krankenhaus kam. „Sie sagte, sie hätte einen Filmriss gehabt. Allein dieses Wort fand ich entsetzlich. Mir lief es kalt den Rücken

Interview



Sabine Lang (37)
Sozialpädagogin
beim HaLT-Projekt

„Mischen Sie sich ein, das hilft“

Kann ich Alkohol verbieten?

„Wenn die Kinder jünger als 16 Jahre alt sind: Ja. Und das sollten Sie auch tun. Hochprozentiges ist sogar bis 18 verboten – dazu zählen auch Alcopops. Sagen Sie Ihrem Kind, dass nur Bier, Wein und Sekt erlaubt sind. Stellen Sie klare Regeln auf, wie viel, wo und wann diese getrunken werden dürfen, z. B. nur wenn Sie dabei sind. Oder nur nach Absprache. Machen Sie ihm klar, dass regelmäßiger Konsum schädlich ist.“

Was tun, wenn eine Party steigt?

„Wenn die Party bei Ihnen stattfindet, sollten Sie konsequent sein.

Kein Alkohol für Jugendliche unter 16 Jahren! Erklären Sie, dass die Party beendet ist, wenn diese Regel gebrochen wird. Es ist erwiesen: Je öfter sich Eltern einmischen, desto seltener trinken Teenies zu viel.“

Wie kann ich kontrollieren, ob mein Kind aushäusig trinkt?

„Fragen Sie, wo Ihr Kind hinget und mit wem es sich trifft. Rufen Sie ruhig bei den Eltern der Freunde an. Besprechen Sie mit diesen, dass sie auch darauf achten, wie viel und was konsumiert wird. Wie gesagt: Einmischen ist wichtig, auch wenn das oft unbequem ist.“

Was mache ich, wenn mein Kind betrunken nach Hause kommt?

„Ist es sehr alkoholisiert, vielleicht sogar bewusstlos, unbedingt den Notarzt rufen. Aber auch bei einem Schwips ist es wichtig, zu reden. Erkundigen Sie sich, was passiert ist: Hat Ihr Kind Kummer, versuchen Sie, das Problem zu lösen. Wenn es unter Zugzwang stand, machen Sie ihm klar, dass echte Freunde auch ein Nein akzeptieren.“

Saufen bei Jugendlichen "sie uns zu"

Cornelia ist froh, dass Cindy aus ihren Fehlern lernt.



runter", sagt Cornelia. Wenig später erzählten die Freunde, dass Cindy auf der Straße bewusstlos geworden war. Und gestürzt sei. „Was für eine Vorstellung!“ Cornelia wird ganz blass. „Die eigene Tochter liegt irgendwo bewusstlos in der Gosse. Sturzbetrunken.“ Aber auch Cindy war geschockt von dem, was da passiert war.

Genau diesen Schock-Moment nutzen die Mitarbeiter des Projektes HaLT. Es bedeutet **Hart am Limit** und hat sich zum Ziel gesetzt, gefährdete Jugendliche über die Tücken des Alkohols aufzuklären. Ihnen zu helfen, in Zukunft leichter Nein sagen zu können.

Die Taktik ist immer gleich: Sofort, nachdem ein Jugendlicher mit Alkoholvergiftung in die Kinder-

ambulanz eingeliefert wurde, kommt ein Mitarbeiter ans Bett. „Direkt nach dem Absturz oder Filmriss sind die Jugendlichen offener und nehmen Hilfe schneller an“, erklärt HaLT-Mitarbeiterin Sabine Lang (37). Mit folgenden Gesprächen und Seminaren will man weitere Abstürze verhindern. „Die Jugendlichen lernen, dass Alkohol keine Probleme löst und dass man sich den Kick auch beim Klettern oder Tauchen holen kann“, so Frau Lang. Gleichzeitig arbeiten sie mit Schulen, Läden und Festveranstaltern zusammen. Sie entwickeln Ideen, wie man die Alkohol-Abgabe an Jugendliche besser kontrolliert.

Cindy willigte sofort ein, an einem Seminar teilzunehmen. Und kurz darauf lernte sie eine ganze

Menge: „Ich begriff durch die Gespräche, was alles passieren können. Was passiert wäre, wenn niemand den Notarzt gerufen hätte. Und dass eine Alkoholvergiftung tödlich enden kann.“

Für Cornelia war das Eingreifen von HaLT „ein Geschenk des Himmels. Ich weiß nicht, was ich getan hätte, wenn Frau Lang nicht gewesen wäre.“ Cindy ist sich sicher: „Ich hab's kapiert: Frust ertränken ist Schwachsinn. Heute gehe ich lieber raus und mache Sport.“ ●

Hier gibt es Hilfe

● HaLT gibt es mittlerweile in 50 deutschen Städten. Wo, erfährt man unter www.halt-projekt.de (ab Ende November online). Auch Familienberatungsstellen helfen weiter.

Die Seele durchatmen lassen

Unsere Seele und unser Körper brauchen ab und zu Zeit, sich auszubalancieren. Hochkonzentrierter Johanniskrautextrakt kann dafür sorgen, dass Sie sich wieder ausgeglichener fühlen, nachts besser schlafen und mit neuer Kraft in den Tag starten können: Den Alltag meistern mit **Laif® 900 Balance**.



- Ausgeglichener
- Belastbarer
- Besserer Schlaf
- Mehr Elan

nur 1x täglich

Laif® 900 Balance. Wirkstoff: Johanniskraut-Trockenextrakt. Zur Behandlung leichter vorübergehender depressiver Störungen. STEIGERWALD Arzneimittelwerk GmbH, 64295 Darmstadt. Stand: 9/2008. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** www.laif.info