



Zwischen Glücksgefühlen und Kontrollverlust



Polizei-Dein-Partner.de

PRÄVENTION. FÜR DICH.

Die psychische und körperliche Abhängigkeit von Drogen

Legale und illegale Substanzen

Drogensucht ist gekennzeichnet durch

- körperliche und/oder seelische Abhängigkeit von einem Genuss- oder Rauschmittel
- Kontrollverlust beim Konsum
- psychische und körperliche Entzugssymptome

Bei den verschiedenen Drogen unterscheidet man zwischen

- legalen Drogen wie Nikotin, Tabak, Koffein und Cannabis (mit Einschränkungen)
- illegalen Drogen wie Heroin, Kokain, Ecstasy, Amphetamine, Speed und LSD

In Bezug auf die Herstellung unterscheidet man zwischen

- pflanzlichen Drogen wie Cannabis, Kokain und Tabak
- synthetischen (künstlich hergestellten) Drogen wie Ecstasy, Crystal Meth, Amphetamine
- halbsynthetischen Drogen wie Heroin und LSD

In Bezug auf die Wirkung unterscheidet man zwischen

- aufputschenden Wirkstoffen (z. B. Nikotin, Speed, Kokain, Ecstasy)
- sedierenden Wirkstoffen (z. B. Cannabis, Heroin)
- bewusstseinsverändernden Wirkstoffen, auch „Halluzinogene“ genannt (z. B. LSD)



Wie sich Drogenabhängigkeit äußert

Drogensucht kann sich auf unterschiedliche Weisen äußern. Dazu gehören:

- Zittern, starkes Schwitzen, Übelkeit, nervöse oder fahrigere Bewegungen
- verringerte Konzentrationsfähigkeit, Halluzinationen
- Magen-Darm-Beschwerden, Unter-/Mangelernährung
- häufige Infektionen
- geschädigte oder verfärbte Zähne
- geweitete oder verkleinerte Pupillen
- häufiges Nasenbluten



Wie wir Drogensucht erkennen können

Häufige Anzeichen, die darauf hinweisen können, dass jemand drogensüchtig ist, sind:

- Veränderungen im Wesen und in der Persönlichkeit
- aggressives Verhalten
- Depressionen, Angst und Teilnahmslosigkeit
- Verlust von Empathie
- sozialer Rückzug von Familie und Freunden
- mangelnde Körperpflege
- Vernachlässigung von Hobbys
- veränderte Schlafgewohnheiten

Wie wir uns selbst (und andere) vor Drogenmissbrauch und den Gefahren schützen können

Wir können...

- unser Selbstbewusstsein stärken und lernen, „Nein“ zu sagen, wenn uns Drogen angeboten werden
- sportliche Aktivitäten und Hobbys betreiben, die uns Freude bereiten und Stress abbauen
- Techniken zur Stressbewältigung lernen, um emotionale Probleme nicht mit Drogen zu kompensieren
- uns über verschiedene Drogen, deren Wirkungen, Risiken und mögliche Folgen des Konsums informieren
- offen mit Freunden und Familienmitgliedern über das Thema Drogenmissbrauch sprechen und über die Gefahren, die damit verbunden sind
- aufmerksam gegenüber Veränderungen im Verhalten von Freunden oder Familienmitgliedern sein, die auf Drogenmissbrauch hindeuten könnten



Was wir tun können, wenn wir das Gefühl haben, dass jemand ein Drogenproblem hat:

- Zuhören sowie Geduld und Verständnis zeigen, die Person zu nichts zwingen
- ihn/sie ermutigen, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen
- anbieten, die Person zu Terminen bei Ärzten oder Therapeuten zu begleiten
- uns an eine entsprechende Beratungsstelle, eine Entzugsklinik oder einen Arzt wenden, wenn die Person bereit dazu ist
- unmittelbar den Notruf wählen, wenn die Person in einer akuten Krise ist oder droht, sich selbst oder anderen Schaden zuzufügen



Impressum



VERLAG DEUTSCHE POLIZEILITERATUR GMBH
Anzeigenverwaltung

Ein Unternehmen der Gewerkschaft der Polizei

Forststraße 3a · 40721 Hilden

Telefon 0211 7104-0 · av@vdp-polizei.de

Geschäftsführer: Bodo Andrae, Dominik Lehmanns

Anzeigenleitung: Antje Kleucker

Nachdruck des redaktionellen Teils nur nach
ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Verantwortlich für den redaktionellen Teil:

pressto gmbh – agentur für medienkommunikation, Köln – KF (28.03.2025)

Fotos: stock.adobe.com: Wordley Calvo Stoc, freshidea, Nomad_Soul, My Ocean studio, Krakenimages.com

© 2025