

Pressemitteilung**Verminderte Impulskontrolle, riskantes Verhalten:
Kann dauerhafter Alkoholkonsum die Persönlichkeit verändern?
Suchtexpertin klärt auf**

Bad Bayersoien, 25. April 2024. Alkohol enthemmt, macht einige Menschen redselig, kontaktfreudig und offen, stimmt mitunter aber auch sehr emotional oder weinerlich. Andere wiederum werden aggressiv und gewaltbereit. Dass Alkoholkonsum dazu führen kann, dass Gefühle und Stimmungen offen gezeigt werden und eine scheinbar neue Seite bei einem Menschen zum Vorschein kommt, haben bestimmt schon viele an einem feucht-fröhlichen Abend einmal erlebt. Aber kann Alkohol auch langfristig das Wesen eines Menschen beeinflussen oder gar verändern? Dr. med. Reingard Herbst, Chefärztin der NESCURE® Privatklinik am See, klärt auf, ob und welche Auswirkungen Alkohol auf die Persönlichkeit haben kann.

Bei dem Fünf-Faktoren-Modell in der Psychologie wird die Persönlichkeit anhand von fünf zentralen Merkmalen beschrieben. Zu diesen so genannten Big Five gehören: Extraversion (Aufgeschlossenheit, Gewandtheit nach außen), Offenheit (Interesse an Neuem), Verträglichkeit (Toleranz, Kooperationsfähigkeit), Gewissenhaftigkeit (Fähigkeit zur Selbstkontrolle) und Neurotizismus. Je stärker Neurotizismus ausgeprägt ist, desto mehr neigen Menschen zu Angst, negativen Gefühlen, Unsicherheit, emotionaler Instabilität, Depression.

Die jeweils unterschiedliche Ausprägung dieser fünf Merkmale formen den individuellen Charakter. „Aus verschiedenen Studien der Verhaltensforschung und aus denen der Epigenetik ist bekannt, dass sich die Persönlichkeit eines Menschen im Lauf des Lebens durch gemachte Erlebnisse und Erfahrungen immer wieder verändern kann“, erklärt die Suchtmedizinerin, die Patientinnen und Patienten beim sanften Alkoholentzug begleitet. „Ebenso kann Alkoholkonsum die Persönlichkeit verändern. Hier steigt das Risiko mit häufigem, intensivem Trinken an.“

Veränderte Gehirnstruktur, verändertes Gedächtnis

Alkohol ist ein Nervengift; jede Menge an konsumiertem Alkohol kann sich negativ auf die Gehirnleistung auswirken und Folgen haben. So erinnern sich Betroffene bei einem Filmriss nicht mehr oder nur unvollständig an Erlebnisse oder Gespräche während des Rausches. Je regelmäßiger und stärker der Alkoholkonsum ist, desto größer werden möglicherweise die Gedächtnislücken.

Insbesondere das Frontalhirn wird durch starken Alkoholkonsum beeinträchtigt. Es ist für die Steuerung von einer der Situation angemessenen Reaktion verantwortlich – sowohl körperlich als auch emotional. Das Frontalhirn wird auch als Sitz der Persönlichkeit bezeichnet. „Durch Alkoholkonsum wird die Kommunikation der Nervenzellen gestört, was sich im Verhalten bemerkbar machen kann. Das Frontalhirn wird seiner Kontrollfunktion nicht mehr gerecht. Dies kann sich durch eine verminderte Impulskontrolle oder riskantes Verhalten zeigen. Situationen werden nicht mehr adäquat bewertet“, so Dr. Herbst. Das wird bei der Entscheidungsfindung besonders deutlich. Diese werden oft spontan und unbedacht getroffen. Es wird dem „Bauchgefühl“ vertraut, rationale Gründe treten in den Hintergrund. Impulsives und unberechenbares Verhalten kann für den Betroffenen schwerwiegende soziale Folgen haben. So

ist es für das soziale Umfeld oft schwierig, Reaktionen von Betroffenen einzuschätzen. Nicht selten kommt es deshalb zu sozialer Distanz.

Die gute Nachricht: Abhängig vom Ausmaß des Alkoholkonsums, können die Veränderungen im Gehirn bei vollständiger Abstinenz über Jahre teilweise wieder rückgängig gemacht werden. Hier gilt im Fall von erkannter Sucht: Je früher eine Therapie begonnen wird, desto größer die Erfolgsaussichten.

Eine Möglichkeit herauszufinden, ob man zu überhöhtem Alkoholkonsum und zur Sucht tendiert, ist ein **Alkohol-Selbsttest**: <https://www.nescure.de/alkoholiker-test/>

Mehr zur **Alkoholsucht**: <https://www.youtube.com/watch?v=P6veBEtI0E8>

Das Filmmaterial kann kostenfrei unter dem Hinweis „NESCURE® Privatklinik am See“ verwendet werden. Bei anderem Formatwunsch gern eine Mail an nescure@hoschke.de.

Mehr zur **NESCURE® Privatklinik am See**: www.nescure.de

Über die Klinik: Die NESCURE® Privatklinik am See ist eine der wenigen Kliniken in Deutschland, die sich auf die Behandlung einer Alkoholabhängigkeit als Hauptsuchtmittel in Kombination mit Erschöpfungserkrankungen spezialisiert hat. Der qualifizierte Entzug ist dank der eingesetzten Neuro-Elektrischen Stimulation (NES) sanft, in nur drei Wochen in kleinen Gruppen effektiv und effizient umsetzbar. Außerdem ist er aufgrund der professionellen Nachbetreuung besonders nachhaltig. Die NESCURE® Privatklinik am See ist eine Fachklinik der Oberberg Gruppe, dem führenden Qualitätsverbund privater Fachkliniken im Bereich Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie in Deutschland.

Über die Oberberg Gruppe: Die Oberberg Gruppe mit Hauptsitz in Berlin ist eine vor mehr als 30 Jahren gegründete Klinikgruppe mit einer Vielzahl an Fach- und Tageskliniken im Bereich Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie an verschiedenen Standorten in Deutschland. In den Kliniken der Oberberg Gruppe werden Erwachsene, Jugendliche und Kinder in individuellen, intensiven und innovativen Therapiesettings behandelt. Darüber hinaus existiert ein deutschlandweites Netzwerk aus Oberberg City Centers, korrespondierenden Therapeutinnen und Therapeuten sowie Selbsthilfegruppen.

Medienkontakt

HOSCHKE & CONSORTEN

Public Relations GmbH

Telefon: +49 (40) 36 90 50 0

Mail: nescure@hoschke.de