



Der Avatar, ein idealisiertes Selbstbild? Junger Mann beim Spielen eines Computerspiels
Foto: Peter Steffen/dpa

Die neue Sucht

Abhängigkeit ohne Drogen ist nun offiziell eine Krankheit: Die Weltgesundheitsorganisation hat „Computerspielsucht“ in ihren Krankheitskatalog aufgenommen. Ein niedersächsisches Projekt erforscht schon seit 2017, wie Medien abhängig machen

Von **Jacqueline Hadasch**

Exzessives Verhalten, Kontrollverlust, Abhängigkeit – aber es geht nicht um Drogen. Das Projekt „Re:set!“ der niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen bietet professionelle Beratung für Menschen, die auf andere Weise abhängig sind: Sie sind süchtig nach Medien; das können Computerspiele sein, aber auch die Nutzung sogenannter sozialer Netzwerke oder auch von Online-Videos. Das niedersächsische Projekt ist damit Ausdruck einer neuen Suchtdefinition: Lange lag der Fokus auf Substanzabhängigkeit, die natürlich auch weiterhin ein Thema ist. Aber Menschen leiden heute verstärkt auch an Suchtverhalten ohne Drogenkonsum, „stoffungebundene Sucht“ heißt das im Fachjargon.

Im Katalog der Anerkannten

Womit sich Re:set! schon seit dem Jahr 2017 beschäftigt, ist inzwischen offiziell als Krankheit anerkannt: Die Weltgesundheitsorganisation hat kürzlich Verhaltenssucht in ihren Krankheitskatalog (ICD-11) aufgenommen. Zu dieser neuen Kategorie gehört auch die Computerspielsucht. Dass es sich dabei um ein „Erscheinungsbild mit weiterem Forschungsbedarf“ handele, erklärte 2013 bereits die Amerikanische Psychiatrie-Gesellschaft (APA) in ihrem Katalog psychischer Störungen (DSM-5).

Die APA definierte neun Kriterien zur Identifikation gestörten Spielverhaltens im Internet, verwies jedoch auf fehlende wissenschaftliche Belege, um Computerspielsucht als offizielle

Krankheit zu klassifizieren. Die WHO sieht diese nun, sechs Jahre später, als gegeben. Auch die suchtartige Nutzung von Social Media sei laut WHO ein ernsthaftes Problem – sei aber noch nicht genügend erforscht, um sie als eigene Krankheit zu kategorisieren.

Die fachliche Einschätzung ist das eine – öffentliche Aufmerksamkeit genießt das Thema Medien sucht schon jetzt. „Die Entstehung von Verhaltenssuchten geht auch mit der zunehmenden Digitalisierung einher“, sagt Hans-Joachim Heuer vom niedersächsischen Sozialministerium. Diesem gesellschaftlichen Wandel müsse die Politik gerecht werden – also auch Projekte wie „Re:set!“ aktiv fördern.

„Neue Medien stellen uns vor neue Aufgaben“, sagt Heuer, der im Ministerium die Abteilung Soziales, Pflege und Arbeitsschutz leitet. Obgleich wir im Umgang mit Medien nicht genügend geschult seien: Diese Medien und ihre Nutzung seien aus der heutigen Gesellschaft ja nicht mehr wegzudenken. Diesen Gedanken teilte eine gemeinsame Studie von ARD und ZDF: 2018 verbrachten demnach deutsche Nutzer unter 30 Jahren pro Tag durchschnittlich 353 Minuten – knappe sechs Stunden! – im Internet. Tendenz: steigend, und zwar jedes Jahr um 47 Minuten pro Tag.

Dass wir uns kaum von den Medien lösen können, liegt auch an deren Design: Oft verwenden Medienanbieter gezielte Suchtmechanismen, um ihre Nutzer an die App, das Spiel oder das soziale Netzwerk zu binden. Insofern sind Medien aus den gleichen Gründen wie „richtige“ Drogen suchtgefährdend: „Sie sind leicht verfügbar, können Menschen schnell herunter-

bringen und führen zu schneller Belohnung“, sagt Hans-Jürgen Rumpf von der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie. Belohnend wirken bei Online-Spielen beispielsweise die Fähigkeiten des Avatars, Trophäen, Waffen oder Sterne. In sozialen Medien seien es virtuelle Kontakte und soziale Bestätigung, erzählt Rumpf, Privatdozent der Universität Lüneburg.

Dauernd online – dank Psychotricks

Die Parallelen von Medien- und Drogensucht zeigen sich nicht zuletzt darin, wie das Hirn auf beide reagiert. Bei beiden liegt der gleiche neurobiologische Mechanismus zugrunde: „Durch positive, belohnende Erfahrungen lernt unser Gehirn, seine Aufmerksamkeit stärker auf den auslösenden und belohnenden Reiz zu richten“, erklärt Rumpf. „Den Impuls, einer Versuchung immer wieder nachzugeben, schränkt der sogenannte Präfrontale Cortex aber ein. Er funktioniert also als Kontrollsystem, das für eine angemessene Verwendung von belohnenden Verhaltensweisen sorgt – normalerweise. Ist ein Mensch einer Sucht verfallen, hat diese den Steuerungsmechanismus ausgehebelt. Betroffene haben keine Kontrolle mehr.“

Die Online-Belohnung lässt uns also durch einen Kontrollverlust der Sucht verfallen. Was sich auf dem Weg dorthin in unserem Gehirn abspielt, weiß Tagrid Leménager vom Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim: Das Belohnungsempfinden von Nutzern sozialer Netzwerke sei sogar abbildbar, erzählt die auf klinisch abhängiges Verhalten und Suchtme-

dizin spezialisierte Forscherin. Ein Beispiel dafür sind Likes; Bilder oder andere Posts mit mehr „Gefällt mir“-Angaben erzeugen eine stärkere messbare Gehirnaktivität, sagt Leménager. Likes sind längst die Währung für Bestätigung und Selbstwert. So kompensiert Mediensucht meist Selbstkonzeptdefizite.

Wie genau wir unsere Egos per Mausclick – oder Touchscreen-Wichen – vergrößern wollen, ist auch Teil von Leménagers Forschungsgebiet. „Im Onlinespiel ist der Avatar oft dem Idealbild des Spielers näher als die eigene Person“, erzählt sie. Die Spielfigur sei etwa mutiger, erfolgreicher und heldenhafter, als sich der Betroffene selbst im realen Leben fühle. Das helfe, die eigene Unzufriedenheit zumindest für eine kurze Zeit zu verdrängen. Auch in sozialen Medien treibt der Wunsch nach sozialer Anerkennung User

häufig dazu an, ein idealisiertes Selbstbild zu präsentieren, das freilich meist vom Tatsächlichen abweicht. Die Abweichung kompensieren die Likes – so helfen wir zumindest.

Warnung vor Überreaktion

Mediensucht ist also Ausdruck unserer tiefsten inneren Bedürfnisse, der Beratungsbedarf dementsprechend groß: Immer mehr Betroffene nähmen die Hilfe in landesweit 16 Re:set!-Mediensuchtberatungsstellen in Anspruch, sagt Astrid Müller, die das Projekt wissenschaftlich begleitet. Dass zumindest die Computerspielsucht nun offiziell von der Weltgesundheitsorganisation anerkannt sei – und somit auch abrechnungsfähig mit den Kassen –, freut die Leitende Psychologin der Klinik für Psychosomatik und Psychothe-

rapie der Medizinischen Hochschule Hannover: „Das ist eine bessere Arbeitsgrundlage für die Psychotherapie.“

Gleichzeitig warnt Müller vor Überreaktion oder gar Stigmatisierung: „Nicht jeder, der Medien viel nutzt, ist gleich süchtig und braucht eine Therapie.“ Die Psychotherapeutin begrüßt, dass das Projekt Re:set! um ein Jahr verlängert wird: Während dieser Zeit soll ein Leitfaden zur Beratung bei Mediensucht erstellt werden. Dieser solle Mediensuchtberater dann etwa auch dafür sensibilisieren, wann Betroffene an Psychotherapeuten zu überweisen seien.

Dass „noch viel getan werden“ müsse, sagt auch Tagrid Leménager. Chancen und Risiken der Mediennutzung müssten in Zukunft noch stärker ins Bewusstsein gerückt werden. Und dafür sei ein Projekt wie Re:set! ein guter Anfang.

Uneinheitliche Standards

Die Definition und Diagnostik psychischer Krankheiten geschieht nach zwei Standards: Die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) herausgegebene „International Classification of Diseases“, kurz: ICD, und das „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“ (DSM) der American Psychiatric Association (APA).

Der ICD, dessen elfte Version (ICD-11) jüngst beschlossen wurde, beschreibt eine Computerspielsucht anhand der folgenden Kriterien: verminderte Kontrolle übers Spielen, steigende Priorität im Alltag (etwa Vorrang gegenüber anderen Lebensinteressen oder alltäglichen Aktivitäten), Fortsetzung oder Eskalation des Spielens trotz negativer Konsequenzen.

Der DSM-5 aus dem Jahr 2013 definiert neun Kriterien zur Diagnose von Computerspielsucht: übermäßige Beschäftigung, zum Beispiel gedankliche Vereinnahmung vom Spielen, Entzugssymptomatik, Toleranzentwicklung, erfolglose Versuche, das Spielen zu kontrollieren, Interessenverlust an früheren Hobbys (als Ergebnis des Spielens), Fortführen exzessiven Spielens trotz negativer Folgen, Täuschen anderer bezüglich des Umfangs des Spielens, Nutzen von Spielen, um einer negativen Stimmungslage zu entfliehen, Gefährdung oder Verlust einer wichtigen Beziehung, der Arbeitsstelle oder Ausbildungs-/Karrieremöglichkeit aufgrund des Spielens.

Wegen ihrer unterschiedlichen Definitionen werden die beiden Standards in der Wissenschaft viel debattiert, weshalb die WHO für die Entwicklung der elften ICD-Auflage eine „DSM-ICD Harmonization Coordinating Group“ ins Leben gerufen hat: im Sinne einer stärkeren Angleichung der Definitionen.

ach und weh

Touchscreen-Turbulenzen

Messenger-Nachrichten lösen bei Jugendlichen intensive Gefühle aus: Zu diesem Ergebnis kommt jetzt die AOK Rheinland/Hamburg. An einem Wettbewerb namens „#Sendepause“, mit dem die Kasse auf die Gefahren von Onlinesucht aufmerksam machen will, hatten 1.500 Schüler*innen teilgenommen. Die Analyse der dabei gewonnenen Daten zeige, dass Instant Messenger wie Whatsapp für die Teilnehmer*innen wichtig sind, um soziale Beziehungen zu pflegen, ihren Alltag zu organisieren und als Teil einer Community wahrgenommen zu werden.

Eingehende Nachrichten lösten „echte Glücksgefühle“ aus, sagt Kristin Langer, die die Auswertung medienpädagogisch begleitet: „Bekommt man eine Nachricht, wird im Körper das Glückshormon Dopamin ausgeschüttet.“ Mehr als die Hälfte der Befragten gab denn auch an, dass die Zeit am Smartphone sie glücklich oder zufrieden mache. Was aber auch ins Gegenteil umschlagen kann: Ist eine Nachricht nicht die erwartete oder der Messenger sehr wenig aktiv, kann das zu Gefühlen wie Enttäuschung und Traurigkeit führen. Auch die Ausgrenzung aus Gruppen oder das Weiterleiten von vertraulichen Nachrichten oder Bildern kann die Gefühlswelt negativ beeinflussen.

Im Mai ist die nächste Runde des „#Sendepause“-Wettbewerbs gestartet: Noch bis November ruft die AOK Rheinland/Hamburg Schüler*innen wieder zur digitalen Pause auf: Im Klassenverband können sie Smartphone-freie Minuten sammeln. Neu ist, dass sich über einen Schrittzähler Extrapunkte sammeln lassen.

www.vigozone.de/schulwettbewerb

Sommerfest in Hamburger Hospiz

In lockerer Atmosphäre einen Einblick in die Arbeit eines Hospizes erhalten: Das will das Hamburger Leuchtfahrer Hospiz im Rahmen seines Sommerfests möglich machen. Darüber hinaus kündigt das Haus in Hamburg-St. Pauli unter anderem einen großen Benefiz-Flohmarkt an sowie ein Bühnenprogramm. Alle Erlöse des Festes sind für die gemeinnützige Arbeit von Hamburg Leuchtfahrer bestimmt. Wer die unterstützen möchte: Flohmarktartikel nimmt das Hospiz gern ab dem 17. Juni entgegen, wer Kuchen spenden möchte, wendet sich bitte an die Leuchtfahrer-Küche. Fragen, etwa zur Übernahme eines Flohmarktstandes, werden gern beantwortet unter ☎ 040-317 78 00. So, 23. Juni, 11-17 Uhr, Simon-von-Utrecht-Straße 4d, Hamburg

Gebeutelte Gebälge

Einen Lehrgang „Zertifizierter Venentrainer“ bietet die Deutsche Venen-Akademie am 27. und 28. Juni 2019 in Otterdorf an. Das Seminar, angeleitet durch Fachärzt*innen und Physiotherapeut*innen, soll dazu beitragen, „Patient*innen mit Krampfadern und anderen Venenleiden frühzeitig qualifizierten therapeutischen Versorgungsformen zuzuführen“, so Jan-Peter Siegers, Chefarzt am Capio-Krankenhaus Land Hadeln. Es richtet sich an Profis, die sich mit Therapie oder Prävention beschäftigen, und an interessierte Privatleute. Zwei Tage inklusive Verpflegung kosten 249 Euro (plus Mehrwertsteuer). Infos und Anmeldung: Deutsche Venenakademie, Landesgeschäftsstelle Niedersachsen; ☎ 04751-908-908, www.venenakademie.de/html/venentrainer.html

BESSER ESSEN – BESSER LEBEN

Ich berate Sie bei

- erhöhten Leberwerten
- Lebensmittelenverträglichkeiten
- Über- und Untergewicht
- Zöliakie bzw. Gluten-Sensitivität
- kardiologischen Erkrankungen
- Schwächen der Nieren- oder Bauchspeicheldrüsen-Funktion
- Diabetes Mellitus Typ 1 & II
- Hämorrhoiden, Divertikel und Diarrhöen nach Operationen

Ernährungstherapie DR. JAGEMANN

Individuelles Coaching (KV gefördert) · Wedel – Pinneberg – Elmshorn
 Tel (04103) 70 37 531 · info@drjagemann.de · www.vitalcentrum-wedel.de

Direkt kostenloses Erstgespräch buchen

Was alles drin ist, sieht man der Pflanze nicht an: THC-armer Hanf in einem Schweizer Gewächshaus
 Foto: Christian Beutler/Keystone/dpa



Im Ölräusch

Nicht nur im Internet schwärmen Menschen von Cannabidiol: Gewonnen aus der Hanfpflanze, macht CBD zwar nicht high, soll aber gegen Schlafstörungen helfen, gegen Schmerzen oder auch bei Epilepsie. Der Verkauf findet aber vorerst in einer rechtlichen Grauzone statt

Von Yasemin Fusco

Neulich im E-Mail-Eingang: Werbung für das neueste Wundermittel gegen Einschlafprobleme, Depressionen und Angstzustände – Cannabidiol, kurz CBD. Insbesondere in Öl-Form zur sublingualen Einnahme, also unter die Zunge getropft, geht der nicht berauschende Wirkstoff der Hanfpflanze bereits über viele (Online-)Ladentheken – begleitet von mitunter vollmundigen Behauptungen, was CBD alles bewirken könne, aber selten auch unter Nennung von Risiken und Nebenwirkungen.

Die können gesundheitlicher Natur sein, aber auch juristischer: Wer CBD-Öl oder andere Produkte mit Cannabidiol in der Öffentlichkeit mit sich führt oder konsumiert, kann Schwierigkeiten mit der Polizei bekommen. „Die Polizei wird tätig, sobald der Verdacht einer Straftat vorliegt“, sagt etwa Daniel Ritterskamp, Sprecher der Hamburger Polizei. Der Knackpunkt: Im CBD-Öl, also Hanföl mit einem CBD-Gehalt zwischen fünf und 40 Prozent, findet sich auch THC, also der berauschend machende Hanf-Wirkstoff. Indem da also ein Hanfprodukt mit unbekanntem THC-Gehalt konsumiert werde, liege ein solcher Verdacht vor, so Ritterskamp. Es sei nicht möglich, den exakten THC-Wert vor Ort festzustellen: Dazu müssen solche Produkte beschlagnahmt und im Labor untersucht werden. „Über Einstellungen von Ermittlungsverfahren entscheidet im Weiteren

die Staatsanwaltschaft“, heißt es weiter.

Und was ist nun mit CBD selbst? Weil es nicht psychoaktiv wirkt, fällt es nicht unter das Betäubungsmittelgesetz und kann insofern legal erworben werden – noch. Aus Sicht des Bundesamts für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) bedarf „die Einzelsubstanz Cannabidiol (CBD)“ andererseits einer Zulassung nach der „Novel Food“-Verordnung. Darin hatte die EU im Jahr 2015 Cannabidiol als neuartig zu definierendes Extrakt gewertet. Eine Prüfung und etwaige Zulassung des Öls steht aus, und deshalb sind für das BVL „derartige Erzeugnisse bislang nicht verfügbar“ (Stand: März 2019).

Dass CBD nicht schädlich sei, entschied indes die Weltgesundheitsorganisation (WHO) bereits 2017. Ein Verbot solle demnach nicht ausgesprochen werden, auch weil der Konsum keine Abhängigkeit erwarten lasse und also keine Gefahr für die öffentliche Gesundheit bestehe. Rechtlich bindend ist diese Einschätzung aber nicht.

Rein ins Regal, raus aus dem Regal

Neben spezialisierten Anbietern sind auch ganz normale Drogerie-Ketten aufgesprungen auf den Zug – sie nehmen CBD-Öl ins Programm. Im April kündigten Rossmann und DM an, damit sei es schon wieder vorbei. Rossmann behielt nur CBD-haltige Drops und Kaugummi im Programm, DM dagegen

Das ist CBD

Cannabidiol (CBD) wird aus der weiblichen Nutzpflanze gewonnen. Es ist das darin zweithäufigste anzureichende Cannabinoid – nach dem Tetrahydrocannabinol (THC). Anders als THC hat CBD keine berauschende Wirkung.

Wie genau CBD im menschlichen Körper wirkt, ist nicht ausreichend erforscht. Gleichwohl deuten mehrere internationale Studien auf eine Wirksamkeit hin: Demnach hat CBD schmerzlindernde, angstlösende und entzündungshemmende Eigenschaften.

Erhältlich ist CBD in Form von Hanföl unterschiedlicher Stärken; in Weichkapseln, als Paste zur äußerlichen Anwendung – oder als Blüte.

Auch Lebensmittel können CBD enthalten, etwa Kaugummi, Backwaren, Erfrischungsgetränke.

schwenkte in Sachen Öl gleich wieder um. „Bis zur Klärung des rechtlichen Sachverhalts“, so Sebastian Bayer, Geschäftsführer für Marketing und Beschaffung bei DM, habe man sich entschlossen, ein „CBD-Öl mit fünf Prozent“ weiter anzubieten. „Wir überprüfen momentan juristisch die Entwicklungen bezüglich der ‚Novel Food‘-Verordnung und besprechen mit unserem Industriepartner verschiedene Möglichkeiten der rechtlichen Klassifizierung beziehungsweise Einordnung“, sagt er der taz. Über Verkaufszahlen möchte das Unternehmen nicht sprechen. Oder nur so viel: DM beobachte, dass sich die Kundschaft für das genannte Öl „interessiert“.

Einen kurzfristigen Erfolg bezogen tatsächlich viele Menschen: In zahlreichen Internetforen schwärmt man von der allgemein verträglichen Wirkung bei Einschlafproblemen, sozialen Phobien und allgemeinen Stresssituationen. Auch Ältere, chronisch Kranke oder einfach Tablettenverdrossene bekunden die Wirkung der grünenchen Tropfen. Heilsame Effekte sind auch bereits in medizinischen Studien nachgewiesen worden – bei Entzündungen, aber sogar bei Epilepsie, Schizophrenie und neuerdings sogar bestimmten Krebsarten. Versprechen darf aber derzeit kein Anbieter, dass sein Produkt derlei kann.

Silke Schwartau von der Hamburger Verbraucherzentrale plädiert dafür, „das europäische Zulassungsverfahren zum Verkauf von CBD abzuwarten. „Die

Reihenfolge stimmt nicht ganz“, sagt sie. „Noch ist der Verkauf von CBD auch in Deutschland nicht zulässig. Ich halte es von den Händlern für zu verfrüht, jetzt mit dem Verkauf des Öls zu starten.“ Es seien gerade im Hinblick auf gesundheitsbasierte Richtwerte sowie mögliche Neben- und Langzeitwirkungen noch zu viele Fragen offen.

„Für Gesunde unbedenklich“

Für Maximilian Plenert, Mitglied im Vorstand des Bundesverbands für akzeptierende Drogenarbeit und humane Drogenpolitik „Akzept“ mit Sitz in Berlin, sollte die Aufklärungsarbeit über CBD noch besser werden. „Mitnichten ist das Öl für jeden gut verträglich“, sagt er. Es könnten für chronisch kranke Menschen Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten entstehen. „Wir reden daher lieber vom Regulieren als über wortwörtliche Legalisierung“, sagt Plenert. Demnach solle es nicht das Ziel werden, den möglichst freien Verkauf von CBD-Öl zu ermöglichen, sondern eine Regulierung und Aufklärung in Apotheken oder bei Ärzt*innen zu erreichen. „Sonst wird es noch CBD-Tote geben“, so Plenert.

Für gesunde Menschen sei das Öl aber unbedenklich und könne gut als Tablettenersatz bei vielen Beschwerden helfen. Aus rechtlicher Sicht sei es aber auch für Plenert problematisch, dass die Tropfen bereits im offenen Handel erhältlich sind. „Ich rechne damit, dass die Pro-

dukte, die heute im Umlauf sind, so nicht mehr verkauft werden dürfen“, sagt Plenert. „Die Tropfen wirken bei jedem, der es nimmt, anders.“ Was aus seiner Sicht richtig sei: CBD könne manchen Menschen helfen, ihren Suchtdruck zu mindern. „Insofern ist CBD eher eine Ausstiegsdroge und das Gegenteil eines Rauschmittels.“

Will man es nun einfach mal ausprobieren, muss je nach CBD-Gehalt durchaus tief in die sprichwörtliche Tasche gegriffen werden: Bei einem Wirkstoffgehalt von fünf Prozent kosten zehn Milliliter Öl rund 30 Euro, erheblich teurer sind höher konzentrierte Öle, je nach Händler*in auch mal 120 Euro die Flasche.

Plenert zufolge ist allerdings unklar, inwiefern die Potenzen eine Rolle bei der Wirksamkeit spielen – zumal für regelmäßige Cannabis-Konsument*innen: Da sich die Dosierungsempfehlungen im Einige-Tropfen-am-Tag-Bereich bewegen, dürfte selbst bei relativ hoch konzentriertem Öl CBD nur in homöopathisch zu nennender Dosisierung in den Körper gelangen. Und wer garantiert eigentlich, dass bei irgendwo im Internet bestellten Ölen überhaupt drin ist, was drauf steht? Auch ein Effekt der unklaren Rechtslage.

Bis auf Weiteres gilt wohl: Seriöse Händler*innen werden Produkte mit CBD weder als Wundermittel anpreisen noch irgendwelche Heilerversprechen geben. Und die anderen* Deren Mails wandern einfach ungelesen in den Gelöscht-Ordner.

„Dünger in den Blüten bringt Profit“

Betroffener und Experte: Maximilian Plenert über Marihuana als Medizin – und das Gras streckende Dealer

Interview Yasemin Fusco

taz: Herr Plenert, sie sind Cannabis-Patient, was heißt das?

Maximilian Plenert: Ich bekomme vom Arzt Cannabis auf Rezept. Mir hilft dieses medizinische Gras unter anderem bei meiner ADHS-Erkrankung. Leider übernimmt die Krankenkasse die Kosten nicht – damit, das zu ändern, bin ich schon zwei Jahre beschäftigt. **Wer keinen solchen Freibrief hat, der muss sich möglicherweise mit illegalem „Straßengras“ behelfen. Das aber kann verunreinigt sein – ein Thema, mit dem sich zum Beispiel die Website www.dirty-weed.com beschäftigt. Ist das Bereitstellen solcher Informationen eigentlich legal?**

Das Angebot, das diese Website bietet, ist nicht juristisch interessant und sollte deswegen auch nicht von Staatsanwälten angezeigt werden. Es gibt genug andere Foren im Internet, die zuerst ins Visier der Ermittlungsbehörden kommen. Und solange es nur Negativ-Anzeigen sind ...

... Warnungen vor problematischer Ware ... und keine expliziten Kaufempfehlungen gemacht werden, ist es ohnehin kaum juristisch belangbar. Bei Negativ-Empfehlungen und Meldungen über gestrecktes Gras geht die Informationsfreiheit vor – es ist ja noch nicht zu einer rechtswidrigen Handlung gekommen. **Einen Straßendealer zu empfehlen, wäre dann aber strafbar?**

Ja, weil das als Aufforderung zur Straftat gewertet werden kann. Darauf gibt es aber keine großen Strafen, so was wird meistens wegen Geringfügigkeit wieder fallen gelassen. So ist es im Übrigen auch, wenn man mit einer geringen Menge Gras in der Tasche erwischt wird. **Womit wird Marihuana denn verunreinigt – und wie gefährlich ist das?**

Es gibt viele Streckmittel. Es ist noch gar nicht lange her, da gab es einen spektakulären Fall von Bleivergiftungen in Leipzig. Heute gibt es die Praxis, dass die Blüten der Cannabis-Pflanze mit dem ein oder anderem Dünger versetzt wird. Dadurch wird das Gras sehr harzig und schwer – das bringt natürlich Profite. **Welche gesundheitlichen Folgen können noch auftreten?**

Neben Vergiftungserscheinungen kann es mal mehr, mal weniger dramatisch werden. Vom Kopfschmerz bis zu Magen-Darm-Erkrankungen ist alles dabei. Bei der Verunreinigung sind der Fantasie eben keine Grenzen gesetzt. Viele Straßendealer von Gras belegen ihren Stoff auch gerne mal mit Haarspray. Oder es ist durch mehrere Hände gegangen und dadurch dreckig geworden.

Können Laien erkennen, dass die Ware verunreinigt ist?

Meistens ist es schon zu spät – die Konsumierenden rauchen verunreinigtes Gras ohne die geringste Ahnung. Es gibt aber durchaus typisches Verhalten von gestrecktem Cannabis. Beispielsweise ascht der Joint, also die Zigarette mit Gras-Inhalt, nicht richtig ab oder wird schmierig. Normalerweise müsste das Gras gut abbrennen; wenn es um Blei oder andere Schwermetalle geht, hilft leider nur ein Labor.

Und was können Konsument tun?

In unseren Selbsthilfegruppen haben wir oft Leute, die Gras unbedingt brauchen, aus unterschiedlichen Gründen. Die bekommen dann aber kein Dauerrezept vom Arzt und sind auf das gestreckte Straßengras angewiesen. Das ist für uns dann besonders ärgerlich, weil wir auch nichts tun können. Und auch rechtlich gibt es für solche Leute keinen Schutz. Die sitzen dann auf dem dreckigen Gras.

Appros Rechts: Macht es für einen geschnappten Dealer einen Unterschied, wenn er die Ware streckt hat?

Wenn er sein dreckiges Gras schon in Umlauf gebracht hat, droht ihm nichts: Es gibt keine Garantie, du kannst deinen Schaden nicht geltend machen. Es kann vorkommen, dass der Dealer eine geringere Strafe absitzen muss – wird nach einer Analyse erkannt, dass der berauschend machende Wirkstoff, also das THC, durch das Strecken geringer geworden ist.

Rechnen Sie damit, das Marihuana in Deutschland legalisiert wird?

Das ist nur noch eine Frage der Zeit. Meinungsumfragen zeigen uns ja schon, dass die Akzeptanz zu Cannabis als Droge – aber auch als Medizin! – sehr hoch ist. Unser Nachbar Luxemburg hat Cannabis auch legalisiert. Vielleicht gehen bis dahin noch sieben, acht Jahre ins Land – aber dann spätestens.

Medizin- u. Gesellschaftsrecht, Arbeitsrecht, Strafrecht (Steuer/Medizin)



Rechtsanwalt
Markus Kehrbaum, MLE
 Fachanwalt für Medizinrecht
 Wirtschaftsmediator

Stormsweg 5 · 22085 Hamburg · 040-88292909
www.gesundheitswirtschaftsrecht.de

Es gibt eine Alternative zum Klinikstress:

In selbstbestimmter Atmosphäre in schönen Räumen in toller Lage arbeiten:

Hausärztliche Gemeinschaftspraxis (3 KV Sitze) in Ostseelage sucht Nachfolgerinnen/Nachfolger mit Freude an patientenorientierter Medizin. Eine gestaffelte Übernahme oder Beginn als Praxisassistentin/assistent ist möglich.

Kontaktaufnahme bitte über praxisosstsee@t-online.de

Systemische Praxengemeinschaft

Einzel-, Paar-, Familientherapie und -beratung Coaching-Supervision-Seminare-interaktive Vorträge- Workshops-Gruppen

Inga Herden
 Diplom-Sozialpädagogin
 Systemische Therapeutin (DGSP)
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Generation Code® Therapeutin
 Kontakt:
 040 | 49 79 00 63
 01520 | 160 99 12
inga.herden@systemische-praxis.de



Kristina Puhlmann
 Diplom-Sozialarbeiterin
 Systemische Therapeutin (DG)
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Generation Code® Therapeutin
 Kontakt:
 040 | 88 21 99 38
 0174 | 176 35 31
info@kristinapuhlmann.de

„Unsere Familie - was uns leitet, was uns hemmt.“

Generationen-Zusammenhänge: **27. Juni 2019, 19-21 Uhr**

Neu: Offene Gruppe für Eltern mit Kindern nach Suizidversuch

Wir begleiten Sie, damit Sie alle wieder in einen guten Alltag miteinander finden. Wir bieten therapeutische Unterstützung u. Begleitung.

Termine 14-tägig mittwochs in ungeraden KW (30 € p. Std. p.P.) vormittags 10-12 Uhr + abends 18-20 Uhr

Termine nur nach Vereinbarung
 Praxis- und Seminarräume im Alpha Park
 Borstelcher Chaussee 49, 2. OG - 22453 Hamburg

hisw Hamburgisches Institut für Systemische Weiterbildung

- Sie** möchten Einblick in die Arbeit mit Menschen mit Traumafahrungen im Bereich der **Traumapädagogik, -beratung** bekommen und/oder dies als Inhouse-Veranstaltung planen?
- Sie** möchten sich oder Ihre MitarbeiterInnen als kompetente Fachkraft im Bereich **Traumapädagogik / traumazentrierter Fachberatung** weiterbilden?
- Sie** möchten mehr über das **EGO-States-Modell** erfahren und wie Sie Ihre eigenen **States beraterisch, therapeutisch** und in Hinblick auf **Selbstfürsorge** nutzen können?
- Sie** möchten sich zum **Systemischen BeraterIn** oder **systemischen TherapeutIn / FamilientherapeutIn** ausbilden lassen?

Dann können Sie sich für folgende Weiterbildungsveranstaltungen anmelden oder sich in regelmäßigen Informationsblättern darüber informieren:

Die nächsten Termine

- Systemische Traumapädagogik/Traumazentrierte Fachberatung** (Anerkennung durch DGFT), Start: 06.09.2019
- Erste Hilfe-Koffer bei psychischen Trauma** (DGSP Fachtag, Anerkennung durch DGFT) 25.26.08.2019
 - Ego-States und imaginative Methoden: 06.-08.09.2019
- Systemische Therapie/ Familientherapie** (Anerkennung durch DGSP), Start: in HH: 22.08.2019, in Kiel: 17.10.2019
- Systemische Beratung** (Anerkennung DGSP), Start: 18.10.2019

Nächster Infoabend: 19.06.2019 um 18 Uhr im hisw

Buchen Sie und informieren Sie sich über weitere Angebote auf www.hisw.de.

Wir sind der Veranstalter der diesjährigen wissenschaftlichen DGSP-Jahrestagung vom 19.-21. September 2019 in Hamburg (www.dgsp-tagung-2019.de).

Wir nehmen Weiterbildungsgutscheine an!
 hisw, Bargteheider Str. 124, 22143 Hamburg-Rahlstedt, Telefon: 040-679991

Gedächtnislücken?

Ein Kennzeichen der Alzheimer-Krankheit sind Gedächtnislücken. Wir informieren Sie kostenlos. Schreiben oder rufen Sie uns an!

0800 / 200 400 1 (gebührenfrei)

Alzheimer Forschung Initiative e.V.
 Kreuzstr. 34 - 40210 Düsseldorf
www.alzheimerforschung.de



Maximilian Plenert, 36, ist Vorstandsmitglied beim Bundesverband für akzeptierende Drogenarbeit und humane Drogenpolitik „Akzept“.