

Vorwort

Die Idee zu diesem Buch entstand schon vor einigen Jahren, als ich als Suchttherapeut zunehmend feststellen musste, dass Suchtkranke, nachdem sie von ihrer bevorzugten Droge – egal ob legal oder illegalisiert – entzogen worden waren, ihren Koffeinkonsum zumeist massiv steigerten. Gleichzeitig war mir aber, als seit Jahrzehnten in diesem Bereich tätiger klinischer Psychologe, bewusst, dass der Koffeinkonsum in der Diagnostik und Behandlung von Suchtkranken keine Rolle spielte. Es wurde schlicht und einfach davon ausgegangen, dass Koffein eine harmlose Substanz sei, die ohnehin kaum schadet, und dass Koffein noch allemal besser sei als Alkohol und andere Drogen. Wobei letzteres wohl stimmt, wurde dabei übersehen, dass Suchtkranke nicht nur auf andere, bisher nicht missbrauchte Drogen wechseln, sondern eben auch auf Koffein. Während Suchttherapeuten sonst sehr sensibel auf solche sogenannten Suchtverschiebungen reagieren, wurde und wird Koffein einfach negiert. Das mag vielleicht auch nicht zuletzt daran liegen, dass Spitalspersonal zu jenen Berufsgruppen gehört, welchen ein besonders hoher Koffeinkonsum nachgesagt wird – wie vielen Berufen, die Schichtarbeit leisten müssen.

Als Suchtforscher beginnt man, wenn man einem „unbekannten“ Phänomen nachzugehen versucht, mit der Literatursuche. Dabei musste ich erkennen, dass zu Koffein kaum rezente wissenschaftliche und vor allem kritische deutschsprachige Literatur vorliegt, obwohl bereits 1938 vom Springer-Verlag ein erstes wissenschaftlich fundiertes deutschsprachiges Werk zu diesem Thema vorgelegt wurde. Vor allem die populärwissenschaftliche Literatur befasste sich im Regelfall recht unkritisch mit den, sicherlich vorhandenen, positiven Auswirkungen von Koffein bzw. Tee oder Kaffee, beachtete aber den Zusammenhang mit verschiedenen anderen Krankheitsbildern kaum.

Das vorliegende Werk versucht diese Lücke zu schließen und die in verschiedenen englischsprachigen, wissenschaftlichen Zeitschriften verstreuten Beiträge zu sammeln sowie den aktuellen Stand der Koffeinforschung einem breiteren Publikum zugänglich zu machen.

Dieses Buch hat nicht zum Ziel, noch ein Genussmittel zu dämonisieren oder einen genussvollen Umgang mit koffeinhaltigen Getränken und Nahrungsmitteln zu reglementieren, aber es ist mit der Hoffnung verbunden, dass die einseitige positive Sichtweise einem informierten, gezielten Umgang mit Koffein Platz macht. Es ist letztlich eine chemische Substanz, die bei bestimmten Arten des Gebrauchs, in bestimmten Lebensumständen und bei bestimmten Krankheitsbildern durchaus kritisch zu betrachten ist.

Ich danke meinen Patienten, dass sie mich gelehrt haben, Koffein ernst zu nehmen, sowie meiner Familie und meinem sozialen Umfeld, dass sie in den letzten Monaten vor Fertigstellung des vorliegenden Werkes das nötige Verständnis aufgebracht haben. Ich danke zudem den Mitarbeiterinnen des Springer-Verlags Monika Radecki, Sigrid Janke und Bettina Arndt (Lektorat) für die professionelle Begleitung des Buches.

Wolfgang Beiglböck

Wien, im Jänner 2016

Koffein

Genussmittel oder Suchtmittel?

Beiglböck, W.

2016, XI, 175 S., Softcover

ISBN: 978-3-662-49563-6