

Vom Genuss zur Sucht

Das menschliche Gehirn verfügt über ein natürliches Belohnungssystem. Der Botenstoff Dopamin sorgt für Lustgefühle.

Ohne Alkohol

Die Senderzelle schüttet wenig Dopamin aus, die Empfängerzelle nimmt wenig Dopamin auf.

Mit Alkohol

Die Senderzelle schüttet mehr Dopamin aus. Das erzeugt am Anfang mehr Lustgefühle. Das Gehirn gewöhnt sich an die Überdosis Dopamin und verlangt bald mehr davon, um sich nur einigermaßen gut zu fühlen.

Der Weg in die Sucht

Das Gehirn gewöhnt sich an Alkohol und verlangt immer grössere Mengen Dopamin, um sich gut zu fühlen. Um sich besser zu fühlen, muss die Menge Alkohol laufend gesteigert werden. Das führt direkt in die Sucht.

Mehr zu diesem Thema:

Wie viel Alkohol ist ok? (<https://coolandclean.ch/de/themen/alkohol/Wie-viel-Alkohol-ist-ok->)

Anzeichen für Alkoholabhängigkeit (<https://coolandclean.ch/de/themen/alkohol/Anzeichen-f-r-Alkoholabh-ngigkeit>)

Quiz «Trinkgewohnheiten» (<https://coolandclean.ch/de/themen/alkohol/Quiz--Alkoholsucht>)

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>