

DHS Jahrbuch Sucht 2025 – mit Auszug „Alkoholsucht“ und Buchbesprechung Richard Müller, R. G. Fischer Verlag: „Trocken, aber nicht geheilt, mein Weg aus der Alkoholsucht“

Viele Millionen Menschen in Deutschland sind alkoholsuchtkrank. 47.500 Tote wurden im vergangenen Jahr registriert. Das steht im Suchtjahrbuch 2025 der Hauptstelle für Suchtfragen, das im Frühjahr 2025 erschien. Welche Folgen für Betroffene, im persönlichen Umfeld, in der Gesellschaft und der Volkswirtschaft entstehen, muss man sich teilweise mühsam zusammensuchen. Die direkten und indirekten Kosten des Alkoholkonsums in Deutschland haben auch nach ersten Anzeichen eines leichten Rückgangs, von rund 55 bis 60 Milliarden Euro.

Eine psychische Störung und Verhaltensstörung durch Alkohol wurde im Jahr 2023 als fünfthäufigste Hauptdiagnose in Krankenhäusern mit 232.737 Behandlungsfällen diagnostiziert, davon waren 169.790 Behandlungsfälle männliche Patienten und 62.947 Frauen.

Die ICD-Diagnose „Psychische und Verhaltensstörungen durch Alkohol (F 10) lag bei den Männern auf dem dritten Platz der Hauptdiagnosen für 2023. Eine erweiterte Folge der Bandbreiten von Suizid bis Mord, von Lügeninszenierungen, raffiniertesten Verdeckungen und allen klassischen Suchtsymptomen sind Leiden, die Partner, Familien und alle Umfelder zu tragen haben. Öffentlich beschäftigt sich damit das Kölner Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit unter im Netz kaum auffindbaren Zugang

<https://www.oeffentlichergesundheitsdienst.de/> und zuletzt das DHS Jahrbuch Sucht 2025 mit Sitz in Hamm, aus dem als Quelle zitiert wird:

(https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Jahrbuch_Sucht/JBSucht2025_komplett_WEB.pdf). Zwei beispielhafte Tabellen skizzieren diese spezifische Suchtdramatik:

Konsumierende, Missbrauchende, Abhängige

30-Tage-Prävalenz des Alkoholkonsums

(Hochrechnung auf die 18- bis 64-jährige Bevölkerung)

Alkohol	Männer Hochrechnung ^{3,4}		Frauen Hochrechnung ^{3,4}		Gesamt Hochrechnung ^{3,4}	
	N	[95 %-KI]	N	[95 %-KI]	N	[95 %-KI]
Konsumprävalenz	19,4 Mio.	[18,8; 19,9]	16,6 Mio.	[16,1; 17,1]	36,1 Mio.	[35,2; 36,8]
Episodisches Rauschtrinken ¹ , Konsumenten	8,1 Mio.	[7,4; 8,8]	3,9 Mio.	[3,5; 4,3]	12,0 Mio.	[11,1; 12,9]
Konsum riskanter Mengen ² , Konsumenten	4,1 Mio.	[3,6; 4,6]	3,8 Mio.	[3,4; 4,3]	7,9 Mio.	[7,2; 8,6]

¹ Episodisches Rauschtrinken: Konsum von fünf oder mehr alkoholischen Getränken an mindestens einem der letzten 30 Tage.

² Riskanter Konsum: durchschnittlicher Konsum von mehr als 12 g (Frauen) bzw. 24 g (Männer) Reinalkohol pro Tag.

³ Mittelwert basierend auf 51.139.451 Personen (25.940.597 Männern und 25.198.854 Frauen) im Alter zwischen 18 und 64 Jahren (Stichtag 31.12.2020, Statistisches Bundesamt).

⁴ in Millionen (Mio.).

KI = Konfidenzintervall

Quellen: Persönliche Mitteilung. Auswertung auf der Grundlage des Epidemiologischen Suchtsurvey 2021, siehe Rauschert et al., 2022.

Rauschert, C. et al. (2022): Konsum psychoaktiver Substanzen in Deutschland. Ergebnisse des Epidemiologischen Suchtsurvey 2021. Dt. Ärzteblatt, 119(31-32), 527–534.

Straftaten unter Alkoholeinfluss

Alkoholeinfluss bei Tatverdächtigen 2022 und 2023

Ausgewählte Straftatengruppen mit besonders hohen Anteilen; Bundesgebiet insgesamt

Straftaten(gruppen)	2022			2023		
	ins-gesamt	mit Alkoholeinfluss	in %	ins-gesamt	mit Alkoholeinfluss	in %
Widerstand gegen die Staatsgewalt	36.389	18.151	49,9	37.574	18.628	49,6
Gewaltkriminalität	178.224	37.428	21,0	190.605	37.444	19,6
Mord	763	110	14,4	824	110	13,3
Totschlag und Tötung auf Verlangen	1.948	494	25,4	1.972	500	25,4
Vergewaltigung, sexuelle Nötigung und sexueller Übergriff im bes. schweren Fall einschl. mit Todesfolge	10.045	1.952	19,4	10.295	1.763	17,1
Raubdelikte	28.057	3.446	12,3	32.337	3.672	11,4
Körperverletzung mit Todesfolge	101	17	16,8	96	15	15,6
Gefährliche und schwere Körperverletzung, Verstümmelung weibl. Genitalien	144.430	32.066	22,2	153.475	32.118	20,9
Sachbeschädigung	124.132	23.433	18,9	118.144	21.189	17,9
(Vorsätzliche) Brandstiftung und Herbeiführen einer Brandgefahr	4.353	597	13,7	4.342	482	11,1
<i>Alle Tatverdächtigen</i>	2.093.782	200.295	9,6	2.246.767	203.261	9,0

Quellen: Bundeskriminalamt (BKA) (Hrsg.) (2024): Polizeiliche Kriminalstatistik 2023. Bundesrepublik Deutschland. Tabellen: Bund – Tatverdächtige insgesamt. Wiesbaden. https://www.bka.de/SharedDocs/Downloads/DE/Publikationen/PolizeilicheKriminalstatistik/2023/Bund/Tatverdaechtige/BU-TV-09-T22-Sonst-Angaben_xls.xlsx?__blob=publicationFile&v=3, Zugriff: 31.01.2025.

Bundeskriminalamt (BKA) (Hrsg.) (2023): Polizeiliche Kriminalstatistik 2022. Bundesrepublik Deutschland. Tabellen: PKS 2022 Bund – Tatverdächtige insgesamt. Wiesbaden. https://www.bka.de/SharedDocs/Downloads/DE/Publikationen/PolizeilicheKriminalstatistik/2022/Bund/Tatverdaechtige/BU-TV-09-T22-Sonst-Angaben_xls.xlsx?__blob=publicationFile&v=3, Zugriff: 31.01.2025.

Trocken, aber nicht geheilt, mein Weg aus der Alkoholsucht

Im R. G. Fischer Verlag ist jetzt zu dieser Thematik eine hochaktuelles Buch von Richard Müller erschienen. Müller führt in sein Alkoholleben und in seinen - einem möglichen - Ausstieg ein. Richard Müller: Trocken, aber nicht geheilt, mein Weg aus der Alkoholsucht. Sachbuch 2025 by R.G. Fischer Verlag, 144 Seiten, broschiert, 16,90 €, ISBN 978-3-8301-1957-9. Buch- & Autoren Daten: buchhandel.de/buch/9783830119579

In seinem Buch zeigt Richard Müller seinen persönlichen Lebenslauf, seinen Schritt in die Sucht und den mühsamen Weg hinaus, auf. Er wechselt dabei zwischen der lebhaften Erzählung seines Werdegangs und dem theoretischen Hintergrund des Alkoholmissbrauchs ab, so dass das Lesen niemals als anstrengend erlebt wird.

Die Lektüre ist für alle interessant

- für Menschen, die mit Alkohol normal umgehen können. Das Buch bietet einen Einblick ins Abgleiten in die Sucht anhand des Werdegangs des Autors und den Hintergründen, wie es zur Sucht kommen kann.
- für trockene Alkoholiker, die die Irrwege und Enttäuschungen nachvollziehen können, die überstanden werden müssen, wobei so mancher an seinen eigenen holprigen Weg bis zur endgültigen Trockenheit erinnert wird.
- für nasse Alkoholiker, die kapituliert haben und sich von ihrer tröstenden Flasche abwenden wollen. Es ist für sie wichtig zu wissen, dass der Weg beschwerlich ist und sie insbesondere dazu stehen müssen, dass sie Alkoholiker sind. Der Lohn ist die Befreiung.
- für nasse Alkoholiker, als Vorwarnung, wie es gehen kann, wieder in die „wahre“ Lebenswelt zurückzukehren.

Richard Müller erzählt seine eigene Geschichte und die Unfähigkeit, mit Gefühlen umzugehen. Während des Studiums machte er die Erfahrung, dass Alkohol seine Trauer und das Gefühl des Alleinseins wegwischte und das Leben erträglicher machte. Dieser „Freund“ hatte ihn bald fest im Griff. Viele Jahre lavierte er beruflich erfolgreich bis der Alkoholkonsum sein Leben beherrschte. Drei stationäre Therapien brachten ihn nicht vom Alkohol ab, bis er sich eines Tages bewusst gegen den Alkohol entschied, egal was passiert. Das war der Anfang zum endgültigen Abschied von seinem Feind. Richard Müller hörte ohne Hilfe auf und ließ sich in Folge von einem niedergelassenen Suchtherapeuten helfen.

Im laufenden Text seiner Sucht-Autobiographie gibt es Reflexionen zur Entstehung der Krankheit und im letzten Kapitel als „Maxime zum Trockenbleiben“ sein Angebot zur Hilfestellung für andere, die den ernsthaften Entschluss gefasst haben, dem Alkohol zu entsagen.

Richard Müller möchte damit anderen Alkoholkranken am Beispiel seiner eigenen Biografie Mut machen, sich aus ihrer Sucht zu befreien und dazu Hilfe von Therapeuten und Selbsthilfegruppen anzunehmen.

Das Buch behandelt ein schweres Thema, das viele Menschen aller Gesellschaftsschichten betrifft. Durch den klaren Schreibstil ist eine schwere Kost leicht verdaulich. Die authentische und sehr persönliche Darstellung seines Suchtverlaufs berührt Betroffene, Angehörige und Außenstehende. Das Buch ist empfehlenswert für alle, die das Thema Alkoholsucht nachempfinden wollen oder sogar müssen.

Richard Müller spart nach seinen drei stationären Therapien auch jeweils schlimme Rückfälle nicht aus, die er auf zu laxen Kontrollen und zu wenig erfahrene Therapeuten in den jeweiligen Kliniken zurückführt.

Durch Befragung von trockenen Alkoholikern sind teilweise Lockerungen, wie Wochenendausgang, Heimfahrten nach den ersten Wochen üblich; schließlich muss man lernen, in nicht geschützter Umgebung standhaft zu bleiben.

Zu den Selbsthilfegruppen ist anzumerken, dass es nicht nur die „Anonymen Alkoholiker“ gibt, deren Rituale für viele Menschen zu starr sind. Die in vielen Städten entstandenen Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe e.V. oder beispielsweise ein Beratungs- und Behandlungszentrum „EVA“ für Suchterkrankungen (<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/suchtbearbeitung-und-behandlung>) arbeiten etwa eng mit den Freundeskreis-Selbsthilfegruppen zusammen. In den Selbsthilfegruppen werden aktuelle Probleme der Mitglieder besprochen und individualisiert behandelt. Der Autor Müller sieht (nach einem Gespräch) darin jedoch auch die Gefahr von traumatischen Festigungen.

Rezensentin: Sabine Geiger 12.2025

Medienreport Verlags-GmbH – Medienberatung - www.medienreport.de und www.fdm-ev.de.