

# Kokainsprechstunde

Gesundheitsamt des Kantons Zug

Suchtberatung

Aegeristrasse 56, 6300 Zug

T 041 728 39 39

F 041 728 24 63

[suchtberatung@zg.ch](mailto:suchtberatung@zg.ch)

[www.zug.ch/suchtberatung](http://www.zug.ch/suchtberatung)



**Sie konsumieren Kokain und wollen wissen, wie schädlich dies ist? Haben Sie das Gefühl, die Kontrolle zu verlieren? Wachsen Ihnen die Probleme über den Kopf? Kommen Sie in Stress, wenn Sie kein Kokain mehr haben?**

**Die Suchtberatung bietet jeden Montag von 16 bis 18 Uhr eine spezialisierte Kokainsprechstunde an (ohne Voranmeldung).**

Ausserdem gibt es die Möglichkeit, nach telefonischer Anmeldung andere kurzfristige Termine zu vereinbaren, auch über Mittag oder am Abend.

### **Die Kokainsprechstunde**

- ist eine ambulante lösungsorientierte Kurzzeitberatung für Menschen, die ihren Kokainkonsum kontrollieren, reduzieren oder beenden wollen.
- richtet sich an Personen, die nicht zusätzlich Opiate konsumieren und regelmässig einer Arbeit nachgehen oder sich in Ausbildung befinden.
- umfasst 8 bis 10 Beratungstermine innerhalb von drei Monaten.
- orientiert sich nach Ihren individuellen Zielsetzungen.
- beinhaltet bei Bedarf eine spezialisierte, ärztliche Abklärung und Entzugsbehandlung.
- findet vertraulich statt und die Beratungspersonen stehen unter Schweigepflicht.
- umfasst bei Bedarf die Vermittlung von weiteren Unterstützungsangeboten.

### **Was Sie mit der Kokainsprechstunde erreichen können:**

- Sie reduzieren, kontrollieren oder beenden Ihren Kokainkonsum.
- Sie erkennen und reflektieren Ihr Konsummuster.
- Sie weiten abstinente Phasen ohne Kokainkonsum aus.
- Sie erlernen Bewältigungs-Strategien bei Suchtdruck.
- Sie erarbeiten Ressourcen für Verhaltensalternativen.
- Sie entwickeln ein Rückfallmanagement.
- Sie sichern Ihr soziales Umfeld.
- Sie entlasten Ihre finanzielle Situation.

# Intensivberatung

Gesundheitsamt des Kantons Zug

Suchtberatung

Aegeristrasse 56, 6300 Zug

T 041 728 39 39

F 041 728 24 63

[suchtberatung@zg.ch](mailto:suchtberatung@zg.ch)

[www.zug.ch/suchtberatung](http://www.zug.ch/suchtberatung)



Haben Sie seit längerem ein Alkoholproblem? Streben Sie Abstinenz an? Können Sie sich zurzeit nicht vorstellen, eine stationäre Therapie zu machen? Spüren Sie, dass Sie intensive Unterstützung brauchen, um Ihre Lebenssituation wieder in den Griff zu bekommen?

**Die Intensivberatung dauert ein Jahr und bietet Ihnen**

- anfangs tägliche (Montag bis Freitag) bis später wöchentliche Gesprächskontakte bei verschiedenen Beraterinnen und Beratern der Suchtberatung
- eine feste Bezugsperson
- tägliche Atemluftkontrolle
- Unterstützung bei den Themen Tagesstruktur, Arbeit, Wohnen, Beziehungen und Freizeitgestaltung
- Erarbeitung eines Vorgehens bei Rückfällen

**Voraussetzungen für eine Intensivberatung:**

- Ihr Ziel ist es, ohne Alkohol zu leben.
- Sie machen eine ambulante oder stationäre Entgiftung.
- Wir dürfen mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem Arzt zusammenarbeiten.

**Vorteile der Intensivberatung:**

- Unterstützung bei der Einhaltung der Alkoholabstinenz.
- Je länger Sie abstinent sind, desto mehr nimmt das Verlangen nach Alkohol ab.
- Sie erkennen alltägliche Auslöser für das Verlangen nach Alkohol.
- Sie sind in Rückfallsituationen nicht allein und es fällt Ihnen leichter, diese frühzeitig zu beenden.
- Die Hemmschwelle für den Konsum von Alkohol ist grösser.