

Die SehnSUCHT nach Schlaf

Michael Jacksons Suchtgeschichte aus Sicht der Wissenschaft

Herr Professor Dingermann, Herr Professor Steinhilber, was macht den Fall Jackson für die Pharmakologie so interessant?

Michael Jackson war ein offensichtlich schüchtern, anlehnsbedürftiger Mensch, der durch den Druck des Vaters bereits als Kind zu Höchstleistungen getrieben wurde, denen er emotional wohl nur unzureichend gewachsen war. Das ist eine Ausgangssituation, die anfällig macht für „Hilfsmittel“, deren Auswirkungen im individuellen Fall nur schwer vorhersehbar sind. Für Michael Jackson führten sie in die Katastrophe. Er starb an einer Überdosis verschiedener Arzneimittel, also legaler (!) Drogen, die allerdings grob missbräuchlich eingesetzt wurden. Den Tod Michael Jacksons zu verantworten hat demnach auch ein Arzt, der in unverantwortlicher Weise dem Verlangen eines Schutzbefohlenen nachgab und diese Arzneimittel jenseits der legalen Indikationen, Dosen und Kombinationen einsetzte.

Was ist das Besondere an dem so genannten „Gehirndoping“, welche gesellschaftlichen Phänomene lassen sich daran ablesen?

„Gehirndoping“ oder „Neuroenhancement“ ist eine Form dessen, was man ganz allgemein und eher verharmlosend als „Enhancement“ bezeichnet. Man unterscheidet zwei zentrale Enhancement-Ziele, die man mit entsprechenden Wirkstoffen zu erreichen glaubt:

1. die Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten wie Denken, Merkfähigkeit, Lernen, Aufmerksamkeit, Kreativität und geistige Anpassungsfähigkeit einerseits sowie Entscheiden, Planen und Probleme lösen andererseits (Kategorie A),

2. die Verbesserung des psychischen Wohlbefindens, das allgemein als Stimmung und Handlungsbereitschaft wahrgenommen wird und das innere Empfindungen wie Unsicherheit, Schüchternheit, Unwohlsein etc. umschreibt (Kategorie B).

Man versucht diese Ziele durch Arzneimittel zu erreichen, die allerdings niemals für diesen Einsatz getestet wurden. Denn die meisten Menschen, die Arzneimittel einnehmen, um Alltagsleistungen zu verbessern oder um den Alltag erträglicher zu gestalten, sind gesund. Man spricht hier auch von „Alltagsdoping“ oder der „Pharmakologisierung“ des Alltags. In diesen Teufelskreis rutscht man meist unbewusst hinein, weil man sich kaum Gedanken darüber macht, wie pharmakologisch wirksame Substanzen unseren Alltag bestimmen. Die erste Phase ist ein Alltagsdoping mit Lebensgenussstoffen:

- Die erste Zigarette im Bett und viele andere über den Tag verteilt,
- der allmorgendliche Muntermacher Kaffee,
- der probiotische Trinkjoghurt zur „Steigerung des Immunsystems“,
- diverse koffeinhaltige Getränke (Coke, Red Bull) über den Tag verteilt,
- das Bierchen oder diverse Gläser Wein zur Entspannung am Abend.

Es folgt ein Alltagsdoping mit Medikamenten für vermeidbare Beschwerden:

- die Schmerztablette vor dem Aufstehen gegen den am Vorabend induzierten morgentlichen Kater,
- das Antazidum oder einen Protonenpumpenhemmer gegen die Folgen von minderwertigem Essen über den Tag und am Abend,
- ein Antihypertonikum, ein Cholesterinsenker und ein orales Antidiabetikum zur Kom-

Der Vortrag „Michael Jackson – die SehnSUCHT nach Schlaf“ ist Teil einer Vortragsreihe, die Prof. Theo Dingermann zusammen mit seinem Kollegen Prof. Steinhilber als Weihnachtsvorlesung für die Studierenden hält. Ziel dieser Vorlesungsreihe ist es, die Probleme bestimmter Krankheiten durch die meist tragische Biographie berühmter Persönlichkeiten zu verdeutlichen – auch deshalb, weil es sich hier um Krankheiten handelt, an denen die Betroffenen deshalb erkranken, weil sie leichtfertig mit der eigenen Verantwortung für ihre Gesundheit umgegangen sind. Neben „Die SehnSUCHT nach Schlaf – Michael Jacksons ‚Gehirndoping‘“ werden im UniReport die folgenden Themen in einer kleinen Reihe vorgestellt: „Elvis Presley – der Weg ins metabolische Syndrom“; „Freddie Mercury – ein Leben mit AIDS“; „Bob Marley und der schwarze Hautkrebs“; „Joe Cocker – die Überwindung der Sucht“; „Geh’n wir Eine rauchen – George Harrison, Opfer des blauen Dunstes“



Michael Jackson starb an einer Überdosis verschiedener Arzneimittel, also legaler (!) Drogen, die allerdings grob missbräuchlich eingesetzt wurden. Foto: ullsteinbild

pensation von zu üppiger Nahrungsaufnahme und zu wenig Bewegung,

- ein Einschlafmittel, um von dem hohen Stress- und einem maximalen Aufmerksamkeitsniveau wieder herunter zu kommen. Schließlich werden knallharte Medikamente als „Lebensgenussmedikamente“ missbraucht:
- Medikamente für den Haarwuchs (Finasterid),
- Medikamente zur Faltenreduktion (Botox),
- Medikamente zur Potenzsteigerung (PDE5-Hemmer),
- Medikamente zur Gewichtsreduktion (Appetitzügler),
- Medikamente zur Resorptionsverzögerung (Orlistat) und Absorptionshemmung (Ezetimib).

Die nächste Stufe ist die Angst vor „Non-Performance“. Denn die berufliche Leistungsfähigkeit in der modernen Arbeitsgesellschaft hängt nicht nur von den körperlichen, sondern

sehr entscheidend auch von den kognitiven und psychischen Ressourcen ab. Treiber für diesen Wandel sind keineswegs neue Anforderungen, sondern vielmehr neue implizite Normen und Wunschbilder: Man glaubt, schlauer, schneller und effektiver sein zu müssen als die Kollegen. Hier kommen dann so genannte „Neuroenhancer“ zum Einsatz, Medikamente, die ein „Gehirndoping“ bewirken sollen.

Sind Neuropharmaka in ihrem Gefahrenpotenzial vergleichbar mit den Modedrogen früherer Jahrzehnte (Heroin, Speed etc.)?

Es handelt sich hierbei nicht um illegale Drogen wie Heroin oder Speed, sondern meist um Medikamente, die bei Schlafstörungen, Depressionen oder gar zur Behandlung einer Schizophrenie eingesetzt werden. Als Neuroenhancer werden sie allerdings immer bei Gesunden eingesetzt, ohne exakt zu wissen, wie

sich dies auf ein gesundes Gehirn langfristig auswirkt.

Michael Jackson ist an dem Mittel Propofol gestorben. Wie kann es zu einer solch massiven Einnahme kommen?

Die Sucht nach Schlaf war im Falle von Michael Jackson die Eskalation der Flucht aus der Realität, wobei als „Treiber“ Unsicherheit, Unzufriedenheit und Überforderung fungierten. Nicht nur exzentrisch agierende Stars sind dieser Gefahr ausgesetzt. Auch der „Normalbürger“ sollte sich der Gefahren bewusst sein, denn der Einstieg ist harmlos und schleichend, und der Druck des Alltags kann gewaltig sein.

Enthält der Fall Jackson auch eine lehrreiche Botschaft, gerade für jüngere Menschen?

Ja, denn er macht deutlich, dass man bewusst mit Dingen umgehen sollte, die wir kaum noch wahrnehmen. Man muss unbedingt verhindern, auf einen Zug aufzuspringen, der immer schneller an Fahrt gewinnt. Keiner kann vorhersehen, wie anfällig er oder sie für eine Entwicklung ist, die harmlos beginnt und katastrophal endet. Denn zu erheblichen Teilen wird eine mögliche Entwicklung auch von unseren Genen bestimmt. Jeder hat eine Mitverantwortung für seine bzw. ihre Gesundheit. In diesem Fall – bzw. immer dann, wenn Sucht am Ende einer Entwicklung steht – ist diese Verantwortung besonders groß.

Welche Verantwortung tragen Eltern und Pädagogen, welche Apotheker?

Die Mitverantwortung für die eigene Gesundheit kann keinem genommen werden. Allerdings bedarf es einer sachlichen und unaufgeregten Aufklärung. Wir, mein Kollege Steinhilber und ich, haben uns für ein Konzept entschieden, das eine gewisse Betroffenheit erzeugt, weil das Problem mit einem tragischen Schicksal einer berühmten Persönlichkeit gekoppelt ist. Andere Konzepte tragen ebenfalls. Es muss nur aufgeklärt werden. Für Eltern, Pädagogen und vor allem auch für Apotheker und Ärzte gilt aber auch, dass sie die ihnen Schutzbefohlenen bewusst wahrnehmen und sie ansprechen, wenn sie auffällig erscheinen. In einem solchen Fall gilt es,

- sachlich die Vermutung mitzuteilen, dass ein kritischer Arzneimittelgebrauch vorliegen könnte,
- Vorwürfe, Drohungen, Ironie sowie Moralisieren zu vermeiden,
- einen vertrauensvollen Dialog einzuleiten.
- in einem solchen Dialog zu versuchen, den Anlass der Arzneimittelanwendung, die verwendeten Dosierungen und die Dauer des Gebrauchs zu ermitteln.

Arzneimittel mit Abhängigkeitspotenzial sind vor allem

- stark wirksame Schmerzmittel (Opioid-Analgetika),
- dämpfende Mittel und Schlafmittel (Sedativa, Hypnotika),
- Entspannungs- und Beruhigungsmittel (Tranquillizer),
- Aufputzmittel (Stimulanzien, zentral erregende Mittel), z.B. Appetitzügler,
- Anorektika, d.h. meist vom Amphetamin abgeleitete Substanzen, die aber im Gegensatz zu diesem kaum psychostimulierende Effekte besitzen.

Die Fragen stellte Dirk Frank