

# Ambulanter Alkoholentzug in Ihrer Region

Für Personen aus dem Kanton St. Gallen



Eine professionell begleitete  
Möglichkeit für den Ausstieg

[www.alkoholentzug-sg.ch](http://www.alkoholentzug-sg.ch)

Und wieder ist es passiert.

Ich nehme mir fest vor, weniger  
zu trinken. Und dann schaffe  
ich es trotzdem nicht.

Ich sehe jetzt ein, dass ich mir  
helfen lassen muss, um endlich  
etwas zu verändern!

- ✓ Sind Sie zum Alkoholentzug entschlossen?
- ✓ Wollen Sie während des Entzugs in Ihrem persönlichen Umfeld bleiben und falls möglich weiter Ihrer Arbeit nachgehen?
- ✓ Sind Sie mit einem vorgängigen medizinischen Check bei Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt einverstanden?

## Kosten

Die Leistungen Ihrer Hausärztin / Ihres Hausarztes (Voruntersuchung) sind durch die Krankenversicherung gedeckt. Der ambulante Alkoholentzug ist für Einwohnende des Kantons St. Gallen kostenlos. Kosten für Personen aus anderen Kantonen auf Anfrage.

### **Blaues Kreuz St. Gallen-Appenzell**

Kugelgasse 3, Postfach 28, 9004 St. Gallen  
071 231 00 31, [info@blaueskreuz-sg-app.ch](mailto:info@blaueskreuz-sg-app.ch)  
[www.blaueskreuz-sg-app.ch](http://www.blaueskreuz-sg-app.ch)

### **Regionales Beratungszentrum Rapperswil-Jona**

Alte Jonastrasse 24, 8640 Rapperswil  
055 225 76 00, [rbz@rj.sg.ch](mailto:rbz@rj.sg.ch)  
[www.sozialdienstelinthgebiet.ch](http://www.sozialdienstelinthgebiet.ch)

### **Regionales Beratungszentrum Uznach**

Unterer Stadtgraben 6, 8730 Uznach  
055 225 76 60, [info@rbuznach.ch](mailto:info@rbuznach.ch)  
[www.sozialdienstelinthgebiet.ch](http://www.sozialdienstelinthgebiet.ch)

### **Sozialberatungszentrum Region Gossau**

Gutenbergstrasse 8, 9201 Gossau  
071 388 14 88, [sozialdienst@srg.sg.ch](mailto:sozialdienst@srg.sg.ch)  
[www.srg.sg.ch](http://www.srg.sg.ch)

### **Soziale Dienste Mittelrheintal**

Widnauerstrasse 8, 9435 Heerbrugg  
071 726 11 46, [beratung-fss@s-d-m.ch](mailto:beratung-fss@s-d-m.ch)  
[www.s-d-m.ch](http://www.s-d-m.ch)

### **Soziale Dienste Sarganserland**

Ragazerstrasse 11, 7320 Sargans  
081 725 85 00, [info@sd-sargans.ch](mailto:info@sd-sargans.ch)  
[www.sd-sargans.ch](http://www.sd-sargans.ch)

### **Soziale Dienste Werdenberg**

Fichtenweg 10, 9470 Buchs SG  
058 228 65 65, [info@sdw-berg.ch](mailto:info@sdw-berg.ch)  
[www.sdw-berg.ch](http://www.sdw-berg.ch)

### **Soziale Fachstellen Toggenburg**

Bahnhofstrasse 6, 9630 Wattwil  
071 987 54 40, [info@soziale-fachstellen.ch](mailto:info@soziale-fachstellen.ch)  
[www.soziale-fachstellen.ch](http://www.soziale-fachstellen.ch)

### **Stiftung Suchthilfe**

**Suchtfachstelle Rorschach**  
Signalstrasse 15, 9400 Rorschach  
071 841 96 04, [suchtfachstelle.rorschach@stiftung-suchthilfe.ch](mailto:suchtfachstelle.rorschach@stiftung-suchthilfe.ch), [www.suchtfachstelle-sg.ch](http://www.suchtfachstelle-sg.ch)

### **Suchtberatung Region Wil SBRW**

Marktgasse 61, 9500 Wil  
071 913 52 72, [info@sbrw.ch](mailto:info@sbrw.ch)  
[www.sbrw.ch](http://www.sbrw.ch)

Mit Unterstützung durch das  
Gesundheitsdepartement des  
Kantons St. Gallen

# Ist Ihr Interesse geweckt?

Nicht bei jedem Alkoholproblem ist ein stationärer Aufenthalt angezeigt, um einen körperlichen Entzug durchzuführen. Manchmal genügen bereits persönliche Abstinenzvorkehrungen oder ein ambulanter Entzug, begleitet durch eine Suchtfachperson sowie durch Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt.

Wenn Sie sich zu einem ambulanten Alkoholentzug entschliessen, bieten wir Ihnen eine kompetente Begleitung und einen geordneten Ablauf. Dies gibt Ihnen Sicherheit und die Erfolgsaussichten werden erhöht.

Auf ambulanter Basis bietet Ihnen eine Suchtfachstelle im Kanton St.Gallen in Zusammenarbeit mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt ein Entzugsprogramm während einer Woche von Montag bis Freitag an. In dieser Woche werden Sie professionell begleitet und unterstützt, so dass Sie nach fünf Tagen die akute Phase des Alkoholentzugs überstanden haben.

Sind Sie interessiert? Melden Sie sich direkt telefonisch oder per E-Mail. Wir erklären Ihnen gerne, wie der ambulante Alkoholentzug in der Praxis abläuft.

Vor dem Entzugs-Start findet ein erstes persönliches Abklärungsgespräch mit einer Suchtfachperson statt. Anschliessend untersucht Sie Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt, damit wir wissen, ob ein ambulanter Alkoholentzug aus medizinischer Sicht in Frage kommt.

## Ablauf ambulanten Alkoholentzug im Kanton St. Gallen

**Von der Anmeldung bis zum abgeschlossenen ambulanten Alkoholentzug dauert es etwa 2 bis 4 Wochen.**

- 1 Sie melden sich bei einer Suchtfachstelle**
  - Es wird ein Termin für ein Vor- und Abklärungsgespräch vereinbart.
  - In diesem Gespräch geht es darum, abzuklären, ob ein ambulanter Alkoholentzug in Frage kommt.
  - Wir erklären Ihnen den genauen Ablauf des ambulanten Alkoholentzugs.
  - Eventuell werden alternative (stationäre) Entzugsmöglichkeiten besprochen.
- 2 Sie melden sich bei Ihrer Hausärztin oder bei Ihrem Hausarzt.**
  - Ein ambulanter Alkoholentzug kann nur mit der **ausdrücklichen** Einwilligung Ihrer Hausärztin / Ihres Hausarztes stattfinden.
  - Die Hausärztin / der Hausarzt untersucht Sie gründlich und klärt die körperliche und psychische Verfassung.
  - Evtl. verschreibt Ihnen Ihre Hausärztin / Ihr Hausarzt entsprechende Medikamente zur Linderung der Entzugssymptome.
  - Ihre Hausärztin / Ihr Hausarzt reicht bei der Suchtfachstelle einen entsprechenden Arztbericht ein.
- 3 Es erfolgt ein Termin zwischen Ihnen und der für Sie zuständigen Suchtfachperson.**
  - Es werden die Termine für die Entzugswoche vereinbart.
  - Es wird vereinbart, wann der Trinkstopp zu erfolgen hat.
  - Es werden Fragen beantwortet.
- 4 Wenn sämtliche Voraussetzungen erfüllt sind, starten Sie am vereinbarten Sonntag, spätestens um 18 Uhr, mit dem Trinkstopp.**
- 5 Am Montag findet das erste Gespräch im Rahmen des ambulanten Alkoholentzugs statt. Sie kommen zum festgelegten Termin bei uns vorbei.**
- 6 Jeden Tag (Montag bis Freitag) kommen Sie zur vereinbarten Zeit zu einem ca. 30- bis 45-minütigen Gespräch bei der Suchtfachstelle vorbei.**
  - Wir besprechen mit Ihnen die körperliche und psychische Verfassung und kontrollieren die Körpertemperatur, den Blutdruck, den Puls und führen eine Atemluftkontrolle durch.
  - Selbstverständlich dürfen Sie Fragen stellen oder Themen ansprechen.
  - Bei körperlichen oder psychischen Problemen während der Entzugsbehandlung überweisen wir Sie an entsprechende Fachpersonen.
- 7 Am Freitag erfolgt ein Abschlussgespräch. Zwischen Ihnen und der Suchtfachperson wird individuell besprochen, ob und welche Nachbehandlung sinnvoll ist. Dies könnte sein:**
  - Weitere Beratung bei der Suchtberaterin / beim Suchtberater.
  - Psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung.
  - Hausärztliche Weiterbehandlung und -betreuung.
  - Stationäre Behandlung zur weiteren Stabilisierung der Situation.
- 8 Nach Abschluss des ambulanten Alkoholentzugs informiert die Suchtfachperson Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt über den Verlauf der Behandlung.**