

Methadon ist ein lang wirkendes, synthetisches Opioid. Es wirkt wie Heroin oder Morphin und andere Substanzen an gewissen Stellen des Hirns, Rückenmarks und Dams.

Methadon unterdrückt in genügender Dosierung den Heroinhunger für einen Tag. Abhängige sind durch Methadon in der Lage, auf Heroin zu verzichten und sich wieder anderen Wünschen und Zielen als dem Suchtmittel zuzuwenden.

Methadon macht in gewohnten täglichen Dosen nicht müde und keine Euphorie. Die Euphorie, das Glücksgefühl, ist ein oder der offensichtliche Grund für den Suchtmechanismus der Opiate. Gespritzt wirkt Methadon genau gleich wie die natürlichen Opiate Heroin oder Morphin. Der Flash (= Woneschauer, plötzlicher Wirkungsbeginn, plötzlicher Konzentrationsanstieg im Zentralnervensystem beim Spritzen von Drogen) von gespritztem Methadon ist sogar gleich stark wie beim Heroin. Tägliche Methadoninjektionen verflachen in der Wirkung schnell, da die Wirkung des gestrigen Methadons auch am folgenden Tag noch vorhanden ist und nur eine kleinere Wirkungssteigerung erzielt.

Methadon ist ein sehr starkes Schmerzmittel. Es dämpft nicht nur körperliche Schmerzen sondern wirkt auch antidepressiv. Es begrenzt sowohl unangenehme als auch besonders angenehme Gefühle: Es kappt die Gefühlsspitzen und packt einen quasi in einen wattigen Gefühlspanzer. Es dämpft die Libido (sexuelles Verlangen) und macht enge Pupillen. Methadon macht Ungewohnte müde, wirkt in ungewohnt hohen Dosen atemdämpfend und führt bei Überdosierungen zum Atemstillstand. Methadon wirkt besonders lang (24 bis 36 Stunden) und muss nur einmal täglich eingenommen werden.

Methadon lähmt die Dammuskulatur und verursacht Verstopfungen. Methadon kann wie alle Opiode den Schlaf-Wach-Rhythmus stören. Es macht nur in ungewohnten Dosierungen tagsüber etwas müde. Aber unter Methadon ist der Schlaf meist oberflächlich, kann immer wieder etwas gestört sein, um dann von fast narkotischen Tiefschlaf-Zuständen abgelöst zu werden. Der Einsatz von Benzodiazepinen (Rohypnol® etc.) gegen diese Schlafstörungen ist wegen dem hohen Suchtpotential und dem in unseren Drogenszenen häufig extremproblematischen Gebrauch riskant. Durch Erhöhen oder Erniedrigen der Dosis kann die Schlafstörung gelegentlich verschwinden.

Methadon kann Grund für plötzliche, heftige Schweissausbrüche sein. Infektionen und Aids-Symptome müssen ausgeschlossen werden. Methadon stört die Konzentrationsfähigkeit und das Reaktionsvermögen in stabilen Dosierungen kaum. Dosiswechsel und sehr hohe Dosen (mehr 100 mg) können das Fahrvermögen beeinträchtigen. In Zürich wird die Fahrtauglichkeit von Methadonkonsumenten bejaht, wenn sonst Abstinenz nachgewiesen werden kann.

Methadonprogramme müssen genügend lange (meist viele Jahre) und vor allem in den ersten Monaten mit einer genügenden Dosierung durchgeführt werden. Ungenügende Dosierung, zu kurze Behandlungszeiten sind die häufigsten Ursachen gescheiterter Methadonbehandlungen. Kurzzeitige Anwendungen von Methadon sind möglich, aber selten erfolgreich. Nur einer verschwindend kleinen Minderheit gelingt es, nie mehr von Heroin oder anderen Opioiden abhängig zu werden.

**Indikation:** Methadon kann Ihnen helfen, mit Opioidabhängigkeit ein normales Leben zu führen. Die Ziele der Behandlung werden in einem Vorgespräch besprochen. Es müssen Ihre Ziele sein, die angestrebt werden. Sie müssen wissen, was Sie erreichen wollen.

**Methadoneinnahme:** Methadon wird von uns **flüssig mit Sirup** abgegeben. Der Sirup kann schlecht gespritzt werden. Methadon selbst und noch mehr der Methadon-Sirup kann die Venen veröden. Der Konsum erfolgt unter Aufsicht des Personals.

**Mitgaben:** Wenn Sie eine **Notwendigkeit nachweisen** können, kann das Methadon mitgegeben werden. Für das Wochenende werden ein bis zwei Tagesdosen nach hause mitgegeben. Wenn Sie berufstätig sind, zur Schule gehen oder andere Notwendigkeiten nachweisen, wird der Bezug erleichtert und das Methadon muss nur noch dreimal wöchentlich oder

noch weniger unter Aufsicht unseres Personals eingenommen werden. Die Notwendigkeit muss mit schriftlichen Belegen nachgewiesen werden und die Mitgabeverordnung muss in einer vereinbarten Konsultation besprochen werden. Für Ferien ist vor Reisebeginn die Vorlage einer Kopie des Tickets notwendig und Sie müssen wöchentlich eine unterschriebene, abgestempelte Postkarte schicken. Für Auslandsreisen wird ein Brief für den Zoll mitgegeben. Wir brauchen Ihre Pass- oder ID-Nummer.

**Dosis:** Wir schreiben Ihnen die Dosis nicht vor. Unser Abgabesystem berechnet täglich, die noch sichere Maximaldosis für Sie. Solange Sie regelmässig oder auch nur schon gelegentlich illegal Drogen zusätzlich konsumieren, sollte eine Methadondosis zwischen **80 bis 120 mg** (oder noch mehr) pro Tag eingenommen werden, welche die Wirkung von Heroin weitgehend unterdrückt. Am ersten Tag können Sie maximal 30 mg und wenn nötig nach drei Stunden noch einmal 20 mg einnehmen. Die Maximaldosis am zweiten Tag beträgt 50 mg. Nachher kann die Dosis täglich um 10 mg bis auf 100 mg pro Tag oder mehr gesteigert werden.

**Dauer:** Methadon ist am erfolgreichsten, wenn es genügend lange, also für einige Jahre eingenommen wird. Wegen seiner langen Halbwertszeit ist es für kurze Anwendungen, als Überbrückung oder zum Entzug nicht ideal. Wenn Sie entziehen oder die Dosis abbauen wollen empfehlen wir, die Dosis möglichst langsam über Monate hinweg abzubauen. Der schnellstmögliche Abbau von der Maximaldosis auf Null ist ohne starke Beeinträchtigung durch Entzugsbeschwerden innerhalb eines Monats knapp möglich: 100 → 80 → 70 → 60 → 55 → 50 → 45 → 40 → 35 → 30 → 28 → 26 → 24 → 22 → 20 → 18 → 16 → 14 → 12 → 10 → 9 → 8 → 7 → 6 → 5 → 4 → 3 → 2 → 1 → 0 mg. Idealerweise nehmen Sie sich aber viel mehr Zeit!

**Therapie, Betreuung:** Wir erwarten nicht, dass Sie Ihre Probleme sofort lösen. Wenn Sie dazu Hilfe brauchen können wir Sie beraten. Ärztliche Konsultationen können Sie jederzeit Verlangen. Einmal monatlich müssen Sie sich für ein wenigstens kurzes Gespräch in der ärztlichen Sprechstunde anmelden. Wir können Ihnen auch Adressen für Hilfe in Lebensfragen oder Therapie vermitteln. Auch in unserer Praxis arbeitet eine Psychotherapeutin.

**Fahrausweis:** Für den Führerausweis muss mindestens ein halbes Jahr lang das Fehlen illegalen Drogenkonsums nachgewiesen werden. Geben Sie unaufgefordert 14 täglich Urinproben ab, besprechen Sie die Sache mit dem Arzt und verlangen Sie nach einem halben Jahr einen Bericht für die Ärzte des Amtes für Administrativmassnahmen im Strassenverkehr.

**Untersuchungen, Impfungen und Behandlungen:** Wir werden Sie einmal jährlich routinemässig untersuchen. Wir empfehlen allgemein Laboruntersuchungen und falls keine Immunität besteht drei Impfungen gegen Hepatitis A & B. Mit Ihrem Einverständnis untersuchen wir, ob Sie sich mit dem Aids-Erreger HIV infiziert haben. Heute können HIV-Infektionen und vor allem die chronische C-Hepatitis erfolversprechend behandelt werden.

**Frauen:** Lassen Sie sich regelmässig gynäkologisch untersuchen. Wenn Sie nicht anderswo frauenärztlich betreut sind, können wir auch das machen. Schützen Sie sich immer mit Präservativen gegen Infektionen. Sprechen Sie mit uns über Schwangerschaftsverhütung.

**Illegale Drogen:** Falls Sie nicht auf's Fixen verzichten können, benützen Sie nur Ihr eigenes und frisches Besteck und Löffel. Sprechen Sie mit uns über Drogen und Drogenwirkungen; wir bemühen uns nicht zu moralisieren und möglicherweise Ihre Situation zu verbessern.

**Bezahlung:** Methadongestützte Behandlungen sind Pflichtleistung der Krankenkassen. Mit den meisten Krankenkassen können wir praktisch direkt abrechnen. Sollte dies nicht möglich sein, müssen Sie uns entweder eine **Kostengutsprache** des Fürsorgeamtes bringen oder wir verlangen eine **Anzahlung** von monatlich Fr. 200.--; oder von täglich Fr. 10.--; dies ist eine Akonto-Zahlung an unsere monatliche Rechnung. Wir werden Rechnungen stellen, welche die Krankenkassen aufgrund des beigelegten Rückerstattungsbelegs rückvergüten müssen. Die Krankenkassen können einen Bericht zur Begründung der Behandlung verlangen.

**Abgabezeiten:** Mo-Fr      07<sup>15</sup>-09<sup>00</sup>  
                                 11<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>  
                                 16<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>  
                                 09<sup>15</sup>-11<sup>00</sup>  
                                 Sa