

# Verhaltenssüchte

Stationäres Angebot für Erwachsene ab 18 Jahren

Verhaltenssüchte sind bestimmte Verhaltensmuster oder Handlungen, die für manche Menschen so schwer kontrollierbar werden können, dass sie ähnliche Auswirkungen haben wie Drogen- oder Alkoholsucht. Verhaltenssüchte sind oft mit einem starken Verlangen verbunden und können negative Konsequenzen für die Gesundheit, Beziehungen und den Alltag haben. Sie können das Leben der Betroffenen stark beeinträchtigen und zu psychischen Problemen führen.



**Menschen, die unter einer Verhaltenssucht leiden, können sich während eines stationären Aufenthalts in der Klinik St. Urban spezifisch behandeln lassen.**

Wir bieten eine qualifizierte Behandlung für Menschen mit einer Verhaltenssucht. Dazu gehören zum Beispiel Spiel-/Gamingsucht, Internetsucht, Kaufsucht, Sport- oder Fitnesssucht und Sexsucht. Eine professionelle Suchtberatung hilft den Betroffenen, ihre Sucht besser zu verstehen und Strategien zur Bewältigung zu entwickeln.

## Aufnahme

Patientinnen und Patienten werden auf der Station für Abhängigkeitserkrankungen aufgenommen.

## Behandlungsteam

Das Behandlungsteam besteht aus Fachpersonen der Bereiche Psychiatrie, Psychologie, Pflege, Therapien und Sozialarbeit.

## Behandlung

Die Behandlung beinhaltet Psychotherapie, Einzel- und Gruppentherapien, um die Kontrolle über das problematische Verhalten zurückzugewinnen. In einigen Fällen kann die Verwendung von Medikamenten in Betracht gezogen werden, um Symptome wie Depressionen oder Angstzustände zu behandeln, die mit der Sucht verbunden sein können.

## Kognitive Verhaltenstherapie (CBT)

CBT ist eine weit verbreitete Therapieform zur Behandlung von Verhaltenssucht. Sie hilft den Betroffenen dabei, ihre Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen und zu ändern, um ihre Sucht zu bewältigen.

## Rückfallprävention

Die Entwicklung von Bewältigungsstrategien und Rückfallpräventionsplänen ist entscheidend, um den langfristigen Erfolg der Behandlung sicherzustellen. Der Umgang mit Triggersituationen und die Identifizierung von Warnzeichen für einen möglichen Rückfall sind wichtige Aspekte der Therapie.

## Lifestyle-Veränderungen

Eine gesunde Lebensweise, einschliesslich regelmässiger Bewegung, ausgewogener Ernährung und ausreichend Schlaf, kann dazu beitragen, die psychische Gesundheit zu verbessern und das Verlangen nach suchtartigem Verhalten zu reduzieren.

## Verhaltenssüchte

### Spiel-/Gamingsucht

Menschen mit einer Spiel-/Gamingsucht können nicht aufhören zu spielen, selbst wenn sie dadurch Geld verlieren und ihre Lebensqualität stark beeinträchtigt wird.

### Internetsucht

Diese Sucht bezieht sich auf übermässige Nutzung von Online-Aktivitäten, wie sozialen Medien, Online-Spielen oder ständigem Surfen im Internet, selbst wenn es andere wichtige Verpflichtungen gibt.

### Kaufsucht

Personen mit Kaufsucht kaufen unkontrollierbar und häufig Dinge, die sie nicht benötigen, was zu finanziellen Problemen und Stress führen kann.

### Sport- oder Fitnesssucht

Dies bezieht sich auf eine übermässige Fixierung auf Sport oder körperliche Aktivität, die zu Verletzungen führen kann, wenn sie nicht in vernünftigen Massen ausgeübt wird.

### Sexsucht

Sexsucht beinhaltet exzessive sexuelle Aktivitäten oder Gedanken, die das tägliche Leben stark beeinflussen können.

## Angehörige

Die Einbindung der Angehörigen ist ein wichtiger Aspekt in der Behandlung, da Verhaltenssüchte oft auch das familiäre und soziale Umfeld belasten. Das soziale Netzwerk der Patientinnen und Patienten ist eine wertvolle Ressource. Daher legen wir grossen Wert auf den Einbezug der Angehörigen und bieten die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch in Form von Systemgesprächen.

## Behandlungsdauer

Die Dauer des Aufenthalts ist individuell und richtet sich nach den Behandlungszielen. In der Regel 3 bis 6 Wochen

## Kosten

Die Behandlungskosten werden von der Krankenkasse übernommen. Mit Ausnahme von Franchise, Selbstbehalt und Spitalkostenbeitrag resultieren für die Patientinnen und Patienten keine zusätzlichen Kosten

## Kontakt

Luzerner Psychiatrie AG  
Klinik St. Urban  
Schafmattstrasse 1  
4915 St. Urban  
T 058 856 55 55 Empfang

### Anmeldung

Zentrale Anmelde- und  
Koordinationsstelle (ZAK)  
[anmeldung@lups.ch](mailto:anmeldung@lups.ch)  
T 058 856 53 00

Die Anmeldung erfolgt durch die vorbehandelnde Fachperson an die Zentrale Anmelde- und Koordinationsstelle.