

Das Wissen

Benzos und Tilidin – Warum Jugendliche so leicht in die Tablettensucht rutschen

Von Marius Penzel

Sendung vom: Samstag, 13. Juni 2026, 8:30 Uhr
(Erst-Sendung vom: Donnerstag, 27. November 2025, 8:30 Uhr)

Redaktion: Vera Kern

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2025/ 2026

Tilidin, Oxycodon, Xanax: Viele Teenager kennen die Namen dieser Medikamente. Vom Schulhof, aus Rapsongs. Einige probieren die Drogen aus, manche werden abhängig. Das Problem: Die Tabletten sind leicht zu beschaffen.

Das Wissen können Sie auch im **Webradio** unter [swrkultur.de](https://www.swr.de/swrkultur) und auf Mobilgeräten in der **SWR Kultur App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/swrkultur/programm/podcast-swr-das-wissen-102.html>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR Kultur App für Android und iOS

Hören Sie das Programm von SWR Kultur, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR Kultur App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: <https://www.swr.de/swrkultur/swrkultur-radioapp-100.html>

MANUSKRIFT

Musikakzent

Sprecher:

Tilidin, Oxycodon, Xanax: Diese Medikamente zur Behandlung von Schmerzen, Angst und Krampfanfällen sind schon lange nicht mehr nur Fachvokabular von Apothekern. Viele Teenager kennen die Namen, vom Schulhof, oder aus Rapsongs.

Musik 01: T-Low – Oxycodon

Sprecher:

Das hat auch mit Liedern wie „Oxycodon“ des Rappers T-Low zu tun. Über das Internet sind die Tabletten leicht zu bekommen. Sie scheinen die inneren Nöte vieler Heranwachsender zu adressieren.

O-Ton 01 Arthur Coffin, Leiter der Suchtberatung Berlin-Charlottenburg:

Heute würde ich von einer Dämpfungsgesellschaft ausgehen. Also die Gesellschaft ist komplexer geworden, mehr, mehr, mehr und dann gibt's ja schon so den Impuls zu sagen: ich will von der Scheiße nix mitkriegen.

Sprecher:

Suchtberater müssen seit einigen Jahren immer mehr Jugendlichen helfen, die mit den Folgen dieser stark abhängig machenden Pillen kämpfen.

Musikakzent

Ansage:

Benzos und Tilidin – Warum Jugendliche so leicht in die Tablettensucht rutschen.
Von Marius Penzel.

Sprecher:

Die 18-jährige Mika sitzt müde auf einem Lehnstuhl. Ihr gegenüber hat die Sozialarbeiterin Stefanie Schumann von der Jugend- und Familienhilfe Escape in Berlin Platz genommen, einer Einrichtung, die auf Sucht spezialisiert ist. Die beiden scheinen ein familiäres Verhältnis zu haben. Mika, die eigentlich ganz anders heißt, erzählt, dass sie gestern Nacht die Liebe ihres Lebens kennengelernt hat.

Atmo 01 Escape Hochzeit: Wir nehmen an einem historischen Wendepunkt an Mikas Leben teil. Es ist eine Ehre, Mika. Die Hochzeitseinladungen gehen dann straight an Escape, oder?

Sprecher:

Obwohl Mika ziemlich verkatert ist, wollte sie zum Interviewtermin kommen. Um ihren Bildungsauftrag zu erfüllen, wie sie sagt, und mit ihrer Geschichte anderen Jugendlichen zu helfen.

O-Ton 02 Mika, ehem. Betroffene:

Ich war dann von 2022 bis, ich würde sogar noch sagen, Ende 2024 stark abhängig, habe deswegen auch viel verloren, die Beziehungen zwischen sämtlichen Menschen, ziemlich kacke, schon nicht gepflegt.

Sprecher:

Mika hat einen langen Weg hinter sich, damit sie jetzt das Leben einer 18-Jährigen führen kann, die sich verliebt, feiert, ihren Träumen und Pflichten nachgeht. Denn bei ihr stand alles auf dem Spiel. Bis Mika ungefähr 16 Jahre alt war, hatte sie nur mal gelegentlich Partydrogen ausprobiert oder gekifft. Dann kamen Substanzen in ihr Leben, die anders waren.

O-Ton 03 Mika:

Als das alles langweilig wurde und man Nachteile davon gespürt hat, habe ich dann irgendwann auch wegen falschem Umgang zu Benzos gegriffen und zu Opiaten.

Sprecher:

Ärzte verschreiben Opioide bei starken Schmerzen. Zu ihnen zählen Tilidin, Oxycodon, aber auch Morphium, genauso wie die illegale Droge Heroin. Benzodiazepine, kurz Benzos, verordnen Ärztinnen und Ärzte etwa bei starken Unruhezuständen oder Krampfanfällen.

Musikakzent**Sprecher:**

Jetzt probieren manche Teenager sie als Droge aus, und wenn es schlecht läuft, werden sie süchtig.

Wie kommt es dazu, dass Jugendliche wie Mika von diesen Tabletten abhängig werden? Anscheinend werden es mehr – auf die Zahlen schauen wir noch. Was können Eltern, Politik und Gesellschaft dagegen tun? Und was hat das Ganze mit Rapmusik zu tun? Das wollen wir in dieser Folge von Das Wissen herausfinden.

O-Ton 04 Mika:

Wenn man Alprazolam nimmt, ist es halt so: Man fühlt nichts. Man ist ein Zombie. Man erinnert sich auch meistens nicht, was man gemacht hat.

Sprecher:

Bei Mika scheint die Ursache naheliegend: Ihre Eltern stritten häufig und hatten Alkoholprobleme, sie selbst hat eine psychiatrische Vorerkrankung, das alles hat sie stark belastet. Das Benzo Alprazolam, das Freunde von ihr konsumierten, schien all das zu lindern. Und so fing Mika an, sich regelmäßig Tabletten einzuwerfen.

O-Ton 05 Mika:

Wenn man eine Borderline-Diagnose hat, wie ich zum Beispiel, ist das ziemlich befreiend. Das ist wie als würde man einen Knopf drücken und einfach mal Ruhe haben. Und das hat mich dann in den Kreislauf reingebracht.

Sprecher:

Das Benzo Alprazolam, von dem Mika abhängig wurde, ist in den USA unter dem Markennamen Xanax bekannt. Neben Opioiden wie Tilidin oder Oxycodon taucht auch der Name Xanax heute in vielen Liedern auf, wie dem von T-Low zu Beginn dieser Folge.

Atmo 02: Martens Straße**O-Ton 06 Jennifer Martens, wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Institut für Suchtforschung in Frankfurt am Main:**

Xanax, Xanny, das ist auch bei T-Low so'n großes Ding zum Beispiel in seinen Songs. Also ich glaube vom Hörensagen kennen das viele Jugendliche. Aber das dann zum Beispiel Xanax eigentlich Alprazolam ist, das wissen dann die Leute glaub ich erst, wenn sie das wirklich konsumieren.

Sprecher:

Jennifer Martens sitzt an einer viel befahrenen Straße vor einem Café in Berlin-Mitte. Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Institut für Suchtforschung in Frankfurt am Main. Wir treffen sie in Berlin, weil sie hier momentan für eine Studie zu Crack-Süchtigen unterwegs ist. Zuhause in Frankfurt befragen Martens und ihr Team jährlich 1.500 Schülerinnen und Schüler sowie junge Erwachsene zu den Drogen, die sie tatsächlich konsumieren.

O-Ton 07 Jennifer Martens:

Und da ist uns aufgefallen, dass so mit Beginn der Corona-Pandemie die Prävalenz an Opioid- und Benzodiazepin-Gebrauch gestiegen ist.

Musikakzent**Sprecher:**

Auf ihrem Computer zeigt Jennifer Martens zwei Grafiken. Sie bilden ab, wie viele 15- bis 18-Jährige und 19- bis 30-Jährige in den letzten Jahren angaben, einmal in ihrem Leben Benzos oder Opiode zu Rauschzwecken ausprobiert zu haben. Bei den Jüngeren waren es bis zum Jahr 2019 weniger als 1,2 Prozent. Doch ab 2020 schießen die Balken in die Höhe.

Atmo 03: Tabletten**O-Ton 08 Jennifer Martens:**

Dann 2021 ebenso ein rapider Anstieg auf 4%. Das Gleiche sehen wir auf der rechten Seite auch bei Opioiden. Da ist tatsächlich auffällig, dass gerade bei den 19- bis 30-Jährigen sich die Zahl der Personen, die das zumindest einmal in ihrem Leben probiert haben von 2019 noch 2020 verdoppelt hat.

Sprecher:

Tabletten sind heute in einigen Freundeskreisen weitaus verbreiteter als noch vor der Pandemie. Die Ergebnisse der Schulbefragungen veranlassten Jennifer Martens und ihre Kollegen im Jahr 2022 dazu, die groß angelegte Studie „Benzodiazepin- und

Opioidkonsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen“, kurz Boje, durchzuführen. Dafür interviewte Martens zahlreiche Konsumierende [1].

O-Ton 09 Jennifer Martens:

Da waren irgendwie auch zwei, drei, die 16, 17 waren. Und das einfach dann über Musik, über Popkultur da rangekommen sind. Und das dann auch teilweise dann mal bei irgendwie der Oma im Bad geguckt haben und dann haben die da halt irgendwie die Tabletten gefunden und einfach ausprobiert.

Musikakzent

Sprecher:

Tilidin und Benzos sind in den Medikamentenschränken vieler Eltern und Großeltern zu finden. Häufig ahnen die nicht, wie verbreitet die Namen bei Teenagern sind. Manche Jugendliche, die davon gehört haben, probieren es aus. Oft ohne genau zu wissen, was die Medikamente bewirken. So war es auch bei einer Person, mit der Jennifer Martens gesprochen hat.

O-Ton 10 Jennifer Martens:

Das waren glaube ich nur Benzodiazepine von ihrer Mutter, und haben es aber mit extrem viel Alkohol auch gemischt und hatten dann einfach Blackouts und haben gekotzt und haben tatsächlich dann auch irgendwie so ein bisschen, das hat sie dann nicht weiter gereizt.

Atmo 04: Tabletten

Sprecher:

Die meisten lassen nach solchen Erfahrungen die Finger davon. Diejenigen, die aber häufiger konsumieren, scheinen laut Jennifer Martens oft psychisch belastet zu sein. Das weiß sie, da das Team für die Boje-Studie 630 Menschen für eine online-Befragung gewinnen konnte, die bereits Erfahrungen mit Opioiden oder Benzodiazepinen gesammelt haben. Sie zu finden, war nicht leicht.

O-Ton 11 Jennifer Martens:

Wir hatten so 300 Befragungen und dann ging es irgendwie nicht weiter. Und dann haben wir Rapper angeschrieben, die irgendwie bisschen mit der Thematik so zu tun haben.

Sprecher:

Ein Musiker teilte den Aufruf zur Boje-Studie auf seinem Instagram-Account – sofort bekam das Team hunderte Befragungen mehr.

O-Ton 12 Jennifer Martens:

Wo man irgendwie auch noch mal gemerkt hat, was für eine Rolle wirklich irgendwie so social Media oder auch so Vorbilder et cetera spielen. Wie viele das dann doch auch einfach gemacht haben, nur weil er dazu aufgerufen hat.

Musik 02: Tra – Oxycodon

Sprecher:

Auch der Rapper Tra beeinflusst mit seiner Musik andere. In vielen seiner älteren Lieder geht es um Opiode. Tilidin, Oxycodon oder Tramadol – daher auch der Name Tra. Heute schämt er sich für diese Lieder.

O-Ton 13 Tra:

Weil ich tatsächlich auch die Rückmeldung von Leuten bekommen habe – wirklich, teilweise Leute haben mir gesagt: „unser Dorf in Bayern, wir haben das alle gehört damals und dann auch haben das viele, fanden das cool und haben das genommen und so. Allein Teil davon zu sein, ist für mich nicht schön.

Atmo 05: Tra Zigarette**Sprecher:**

Tra sitzt in einem Park und raucht eine Zigarette. Ihm ist wichtig, anonym zu bleiben. Sein Gesicht maskiert er vor seinen Fans, und auch in dieser Das Wissen-Folge möchte er nicht mit seiner echten Alltagsstimme auftauchen. Wenn er genügend Geld zusammen hat, sagt Tra, will er die Lieder von den Labels, auf denen sie veröffentlicht wurden, zurückkaufen und löschen. Er möchte Tablettensucht nicht weiter verherrlichen.

O-Ton 14 Tra:

Irgendwann bist du echt nur noch müde. So, das ist wirklich nicht zu unterschätzen und deswegen nehmen die Leute auch immer mehr, weil die immer in diesen ersten Rausch zurückkommen wollen. Aber der kommt einfach nicht.

Sprecher:

Tra wurde selbst abhängig von Tilidin und Oxycodon. Durch die Sucht konnte er nicht mehr richtig schlafen und bekam Kreislaufprobleme. Mittlerweile hat er sich Hilfe gesucht. In seinen neuen Songs rappt er jetzt kritisch über die Tabletten und glorifiziert lieber Sport als Opiode.

O-Ton 15 Tra:

Ich habe angefangen, die Geschichte zu erzählen, wo das alles lustig und cool war, dann muss ich auch jetzt erzählen, so, dass es lange Zeit gar nicht lustig und cool war, sondern sehr schlecht. Also das hat mich richtig fertig gemacht lange, diese Langzeitfolgen und so.

Sprecher:

Dass sich der Missbrauch von Medikamenten wie dem Opioid Tilidin in Berliner Stadtteilen wie Wedding oder Neukölln ausbreitete, darüber berichtete das Magazin „Spiegel“ bereits im Jahr 2008 [2]. Tra hat eine Erklärung: Teenager können Tablettenkonsum anders als Cannabis, Alkohol oder andere Drogen leichter vor ihrer Familie verstecken.

O-Ton 16 Tra:

Viele Leute auch, die wohnen ja länger bei ihren Eltern, da, beispielsweise. Und ist natürlich gut: Riechst du nicht nach Gras, du hast nicht so Ausfallerscheinung wie bei Kokain oder so.

Sprecher:

Aber richtig bekannt auch außerhalb Berlins wurde Tilidin erst in den Jahren kurz vor der Pandemie. Insbesondere, als 2019 die Deutschrap-Superstars Capital Bra und Samra ein Lied mit diesem Namen veröffentlichten.

Musik 03: Capital Bra & Samra - Tilidin**Sprecher:**

Der Song wurde auf YouTube bis heute über 120 Millionen Mal gesehen bzw. angeklickt. Unzählige Rapper aus ganz Deutschland knüpften an den Erfolg an – und Tilidin wurde zum Thema vieler Rapsongs, auch von Tra.

Atmo 06: Tabletten**O-Ton 17 Tra:**

Viele Leute haben ja gesagt, hier, die glorifizieren das voll, wie können die das machen und so. Ich sage dir: Es waren da auch junge Männer, wie ich auch jung war und einfach verwirrt. Man hat einfach über sein Leben gerappt. Man war ja selber quasi ein Opfer davon, und ich habe selber auch viel dafür am Ende irgendwann geblutet, sag ich mal.

Sprecher:

Aber nicht nur Rapper aus Berlin verherrlichten Medikamente in ihren Texten. Tra sagt, einen Anteil habe auch der aus den USA nach Deutschland kommende Cloud Rap, mit seinen langsamen Beats und Autotune-verzerrten Stimmen. In dieser Szene ist unter anderem Hustensaft mit dem Opioid Codein verbreitet. Mit Softdrinks gemischt wird es zum sogenannten Lean. [Oder englische Markenbezeichnungen wie Xanax für Alprazolam.]

Musikakzent**Sprecher:**

Verdeutlichen diese Rap-Songs nur, wie weit verbreitet diese Substanzen sind – oder tragen sie selbst zu ihrer Bekanntheit bei? Sicher ist nur, was Sozialarbeiterinnen wie Stefanie Schumann von der Familienhilfe Escape beobachten: Nämlich, dass sich der Konsum ihrer Klienten seit einigen Jahren verändert hat.

O-Ton 18 Stefanie Schumann, Sozialarbeiterin bei Familienhilfe Escape:

Das ist in den letzten Jahren mit dem Mischkonsum von Benzodiazepin- und Opioidkonsum total gestiegen. Ich finde auch so notfallärztliche Einsätze sind irgendwie gehäuft aufgetreten und das macht das auch sehr schwierig mit den Jugendlichen, ich sag mal eine gute tragfähige Beziehungsarbeit zu kommen, weil erstmal Überlebenssicherung nötig ist.

Sprecher:

Das war bei Mika nicht anders, als sie zu Escape kam. Und das passierte so: Zwischen ihrem 16. und 18. Lebensjahr pendelte Mika zwischen Phasen, in denen sie mit der Sucht gut zurecht kam - und sehr schwierigeren Phasen. 2024 zog sie in eine neue Wohngemeinschaft ein. Da hatte sie ein halbes Jahr lang eher wenig konsumiert.

O-Ton 19 Mika:

Man denkt immer, es ist gut. Und dann einmal auf die Fresse fliegen, und es wird wieder ganz schlimm.

Sprecher:

Alprazolam-Tabletten aufzutreiben – ein verschreibungspflichtiges Arzneimittel – ist nicht so schwer wie man glaubt. Bekannte von ihr konnten etwa gut Rezepte fälschen. Manchen Apotheken fiel die Fälschung nicht auf.

O-Ton 20 Mika:

Man kennt mindestens immer einen, der Rezepte faken kann. Jeder kennt die eine Apotheke, die keinen Scheiß gibt, und dann geht man da halt hin. Hat doch jeder schon mal gemacht.

Musikakzent**Sprecher:**

In Großstädten wie Berlin geht das einfacher. Auf zahlreichen Telegram-Kanälen bieten Dealer an, Tabletten und andere Drogen per Taxi zur Haustür zu liefern.

Musikakzent**O-Ton 21 Mika:**

Telegram, Snapchat, manchmal sogar Whatsapp, wenn irgendwer Kontakt hatte, Kottbusser Tor, Görlitzer Park. Wenn man weiß, wo, dann kriegt man's.

Sprecher:

In der Wohngemeinschaft, in der Mika damals wohnte, fiel ihre Sucht irgendwann auf.

O-Ton 22 Mika:

Und dann haben die das gesehen. Und meinten: Ey, entweder du fliegst raus, oder du gehst halt in eine Suchtgruppe.

Atmo 07: Türe**Sprecher:**

Mika kam so zu einer Suchtgruppe bei der Jugend- und Familienberatung Escape. Dabei war sie zu dieser Zeit schon mitten im freien Fall.

O-Ton 23 Mika:

Wenn man tief drin ist, in einer Sucht, will man sich nicht wahrhaben, dass es so schlimm ist. Man denkt immer: Na, geht doch schlimmer. Die Person ist im Krankenhaus jetzt seit Monaten. Ich hab nur ein paar Überdosen gehabt und musste ins Krankenhaus. Aber ich bin doch immer wieder rauszukommen. Also es ist doch nicht schlimm. Bis dann Leute sterben und einem Freundeskreis und dann. Dann merkt man es.

Musikakzent**Sprecher:**

Menschen in Mikas Umfeld sterben. Diese Schläge machen es für sie noch schwieriger, von den Benzos loszukommen. Da hilft auch die Suchtgruppe zunächst nur begrenzt. Sie fliegt aus ihrer WG und schläft bei Freunden.

O-Ton 24 Mika:

Ich bin so tief gefallen, dass ich angefangen habe, mir Substitol zu drücken.

Sprecher:

Substitol sind Morphinium-haltige Kapseln. Mika wird auch davon abhängig.

Derart drastische Suchtverläufe wie bei Mika kommen in Rapsongs kaum vor. Häufiger aber, wie leicht man an die Pillen rankommt. Auch deswegen experimentieren Jugendliche mit Benzos und Opioiden. Besonders seit der Pandemie, in der sich viele alleingelassen fühlten.

Atmo 08: Tabletten**Sprecher:**

Doch wie kommen die Jugendlichen davon wieder los? Das ist auch eine Herausforderung für Ärzte wie Lukas Roediger. Er ist Assistenzarzt in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Berliner Charité. Vielen sei nicht klar, wie schnell aus gelegentlichem Konsum von Opioiden und Benzodiazepinen eine körperliche Abhängigkeit werden könne.

O-Ton 25 Lukas Roediger, Assistenzarzt, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Berliner Charité:

Das Problem ist eben, dass der Effekt sehr schnell nachlässt, und sehr schnell eine Gewöhnung eintritt, weil unser Gehirn immer um Gleichgewicht bemüht ist. Und wenn ich die ganze Zeit ein dämpfendes, sedierendes Medikament reingebe, dann passt sich das an und dann irgendwann, wenn die Substanz wieder fehlt, gibt's Probleme.

Musikakzent**Sprecher:**

Hat sich das Gehirn an Opioiden oder Benzos gewöhnt, reagiert der Körper beim Entzug mit Angstzuständen, Depressionen, Schlaflosigkeit oder grippeähnlichen

Symptomen. Ein kalter Entzug von Benzodiazepinen kann sogar lebensbedrohlich sein, wenn keine medizinische Hilfe zur Stelle ist.

O-Ton 26 Lukas Roediger:

Wenn die plötzlich wegfallen, dann gibt es eine Überaktivierung im Gehirn und das kann zu Krampfanfällen führen, also wie bei Epilepsien, oder eben auch zu Delirien, also Psychose-nahe Zustände, die extrem gefährlich beide sein können. Deswegen sollte man so Substanzen, wenn man eine körperliche Abhängigkeit hat, nie unbegleitet absetzen.

Sprecher:

Nicht nur deshalb kann die Sucht lebensgefährlich sein. Konsumierende setzen sich einem weiteren Risiko aus, wenn sie Tabletten aus illegalen Quellen kaufen. Teils enthalten diese gefährliche Streckmittel, teils ist die Dosierung eine andere, als die Dealer angeben.

O-Ton 27 Lukas Roediger:

Wo wir das erlebt haben, sind eben in der Rettungsstelle, dass dann Menschen mit schweren Benzodiazepin-Intoxikationen gekommen sind und die haben gesagt, ich habe zwei Tabletten genommen, waren aber deutlich stärker sediert, als man bei zwei Tabletten, was auch immer das dann war, annehmen würde.

Atmo 09: Roediger Computer

Sprecher:

Solche Fälle passieren regelmäßig. Im September 2025 berichtet das Uniklinikum Freiburg, dass ein Patient auf der Intensivstation landete, nachdem er illegale Alprazolam-Tabletten eingenommen hatte. Wie sich herausstellte, waren sie mit einem synthetischen Opioid gestreckt. [3]

Sprecher:

Lukas Roediger macht sich Sorgen darüber, wie leicht illegale Tabletten heute zu beschaffen sind. Er googelt kurz und findet direkt Seiten, die Benzos nach ganz Deutschland liefern.

O-Ton 28 Lukas Roediger:

Das sind irgendwelche designten, nachgebauten Benzos. Was da drin ist? Keine Ahnung.

Sprecher:

Wenn nicht die Dosis in den Pillen enthalten ist, die draufsteht, oder sogar Streckstoffe beigemischt sind, kann das gefährlich werden. Doch auch legale Benzos und Opiode können lebensgefährlich werden. Insbesondere, wenn Konsumenten diese zusammen mit Alkohol oder anderen Drogen zusammen einnehmen. Dieser Mischkonsum wird aus Roedigers Sicht häufiger.

O-Ton 29 Lukas Roediger:

Menschen, die wir in der Rettungsstelle sehen, kombinieren häufig auch Substanzen und gerade eine Konstellation aus Alkohol, Benzodiazepinen, vielleicht noch Opiaten

sind da eben maximal gefährlich und führen dann schnell in eine Atemdepression, Atemstillstand, Erbrechen, wo man dann daran ersticken kann und dann auch relativ schnell versterben kann.

Sprecher:

Lukas Roediger glaubt, mehr Aufklärung am richtigen Ort könnte seine jugendlichen Patientinnen und Patienten schützen. Deswegen arbeitet er zusammen mit einem Medienunternehmen an einem Format für soziale Kanäle. „High on Facts“ heißt es. Unter anderem auf YouTube möchte er so verlässliche Informationen zu den Substanzen verbreiten – mit Hilfe von Rappern und Betroffenen in kurzen Videos.

O-Ton 30 Lukas Roediger:

Wir haben da noch ein Defizit an Angeboten, die eben Jugendliche, junge Erwachsene abholen und eben auch Beratungsangebote machen, die für die Zielgruppe funktionieren. Und ich glaube, da ist ein Bedarf, und den sind wir jetzt dabei zu verstehen und zu erheben, und dann eben auch davon abgeleitet, Angebote zu etablieren oder auszubauen.

Atmo 10: Tabletten

Sprecher:

Aber wie kann das sein, dass illegale Medikamente derart leicht über das Internet zu beschaffen sind und junge Menschen durch sie in lebensgefährliche Situationen geraten? Das fragt sich auch der Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Hendrik Streeck.

O-Ton 31 Dr. Hendrik Streeck, Drogenbeauftragte der Bundesregierung:

Wichtig wäre für uns zu wissen, wie viel eigentlich neben den verschreibbaren Medikamenten, also die von Ärzten verschrieben werden, wo wir ja eigentlich ganz gute Daten haben, über den Schwarzmarkt, über das Darknet, über das Internet bestellt werden, um zu verstehen, wie groß dieses Problem eigentlich ist. Da brauchen wir einfach klare bessere Daten, die haben wir aber noch nicht.

Sprecher:

Diese Daten-Lücke will Streeck füllen, und zwar mit einem Monitoring- und Frühwarnsystem, wie er es nennt.

O-Ton 32 Dr. Hendrik Streeck:

Das wären dann Echtzeitwarnungen, die an die Rettungssanitäter gehen, die an die Polizistin, Polizisten gehen, an die Suchthilfen gehen, aber auch an die Abhängigen selber.

Musikakzent

Sprecher:

In dieses Monitoring-System, für das er sich einsetzt, soll etwa einfließen, welchen Substanzen der Polizei, Rettungsdienste und Suchtberater begegnen. Und Daten aus einem größeren Angebot von Druck-Checking Einrichtungen als bisher – das

sind Stellen, wo Konsumierende ihre Drogen abgeben können, um sie auf Wirkstärke und mögliche gefährliche Streckstoffe zu testen.

O-Ton 33 Dr. Hendrik Streeck:

Drug-Checking löst das Problem nicht des Drogenkonsums. Aber es gibt uns wichtige Daten. Wir wissen nämlich, was für Verunreinigungen gerade stattfinden. Dass zum Beispiel auch bestimmte Medikamente gar nicht das sind, was es sein soll, sondern vielleicht auch andere Wirkstoffe enthalten.

Sprecher:

Mehr Daten sind also unbedingt nötig. Aber selbst, wenn ein Monitoring-System im Laufe dieser Legislaturperiode kommt, wird es nicht verhindern können, dass manche Jugendliche dennoch zu Drogen greifen.

Musik 04: Tra - Prozess

O-Ton 34 Mark:

Ich heiße Mark, ich bin der Vater von einem Kind, das unter Suchthematiken leidet und ich habe die Elternkreise aufgesucht, um da meinen Weg damit zu finden.

Sprecher:

Auch die Tochter von Mark, der hier nur mit seinem Vornamen genannt werden möchte, wurde so wie Mika nach einer psychischen Vorerkrankung abhängig von Benzos. Mark geht regelmäßig zu den Treffen der Selbsthilfegruppe Elternkreise in Berlin-Brandenburg.

O-Ton 35 Mark:

Es ist für mich unheimlich wichtig, als Vater da diesen Abstand zu gewinnen, und da hilft die Gruppe sehr. Vor allem, wenn ich sehe, wie sehr die anderen Eltern damit kämpfen, eben den Abstand zu bekommen und zu wahren. [Weil man immer so diesen Spagat zwischen Distanz und Liebe zum Kind, das meistern muss.]

Sprecher:

Elternkreise gibt es viele Dutzende in ganz Deutschland, und seit der Pandemie auch etliche Online-Gruppen. Hier sollen Eltern lernen, Konsummuster bei ihren Kindern zu verstehen und einen eigenen Umgang zu finden. Das Motto der Elternkreise steht hier in der Geschäftsstelle eingerahmt oben an der Wand: „Ich habe es nicht verursacht, ich kann es nicht kontrollieren, ich kann es nicht heilen.“

O-Ton 36 Mark:

Genauso wie der Lebenslauf der Jugendlichen so nach oben, nach unten geht je nach Konsumphase oder Trockenheitsphase, es ist genauso bei den Eltern, dass sie dahingezogen werden. Es ist sehr schwer, das richtigen Mittelmaß zu finden, auf dem Weg zu bleiben. Dass man nicht zu stark eingezogen wird in das Geschehen des Kindes. Aber gleichzeitig irgendwie noch da ist.

Musikakzent

O-Ton 37 Sabine Hinze, Vorsitzende des Elternkreises Berlin-Brandenburg:

Es ist ja sowieso schon schwer, Eltern zu sein. Und dann auch noch mit einer Suchterkrankung. Es gibt keine Schule, wo man das lernt. Das müssen wir uns hart erarbeiten. Wie gehen wir mit dieser Lebenssituation um? Und da sind eben die Elternkreise eine super Anlaufstelle.

Sprecher:

Sabine Hinze ist die Vorsitzende der Elternkreise Berlin-Brandenburg. Sie ist selbst betroffene Mutter und weiß, dass es im Umgang mit dieser Herausforderung auf viele Details ankommt.

O-Ton 38 Sabine Hinze:

Jetzt steht da wieder Weihnachten vor der Tür und alles ist in so einer Stimmung: ach Familie, heimlich so, ne? Und das ist für aber Eltern, mit einem suchtkranken Kind, ist das die Hölle.

Sprecher:

Kommt das Kind überhaupt? Und wenn ja – clean? Welche Geschenke kann ich geben, die sich nicht zu Geld machen lassen, wenn das Kind gerade in einer schweren Suchtkrise steckt?

O-Ton 39 Sabine Hinze:

Lieber einmal im Kopf auch Worst Case durchgespielt, dann bin ich vorbereitet. Wenn alles schön ist, brauch ich ja nichts machen. Wichtig ist eben auch Plan B. Und ich glaube, alleine schon deswegen ist es konfliktfreier.

Sprecher:

Es gibt keine Universallösung. Aber alle Eltern finden hier einen Weg, und wenn es schlimm ausgeht, Trost. Mark ist wichtig, dass andere Eltern unbedingt mit ihren Kindern über die Risiken des Tablettenkonsums sprechen müssen, wenn sie Verdacht schöpfen.

O-Ton 40 Mark:

Nimm an, man findet die erste leere Blisterpackung im Kinderzimmer. Das darf man nicht verharmlosen. Und sich nicht irgendwie abspeisen lassen mit Ach Mama, oder Papa, das sind nur Pillen. Man muss das mal schildern, was passieren kann, was für ein Kreis das nehmen kann. Man weiß nicht, was das Kind damit macht, aber verharmlosen ist auf jeden Fall nicht der richtige Weg. Und dazu gehört natürlich auch, dass man sich Hilfe und Beratung holt.

Sprecher:

Der wichtigste Tipp des Elternkreises ist: Sich Hilfe suchen. Eine klare Haltung gegenüber dem Kind einnehmen, die man konsequent durchstehen kann. Auch, wenn das schwerfällt.

O-Ton 41 Arthur Coffin, Leiter der Suchtberatung Berlin-Charlottenburg:

Sich an einigen zentralen Punkten mit dem Lebenspartner, der Lebenspartnerin, abzusprechen und dann aber auch da konsequent. Also lieber konsequent und lesbar zu sein. Ist so ein bisschen so meine Stoßrichtung, anstatt entweder zu streng zu sein oder zu lax.

Sprecher:

Diesen Tipp gibt Arthur Coffin oft. Er leitet die Suchtberatungsstelle LogIn in Berlin-Charlottenburg. Die Räume dort sehen aus wie eine etwas nettere Arztpraxis, mit gemütlichen Zimmern und Süßigkeiten oder Kaffee am Empfang. An LogIn wenden sich Suchterkrankte auch in akuten Krisen oder Menschen aus deren Umfeld, die sich Sorgen machen.

[**O-Ton 42 Arthur Coffin:** Eine Suchtberatungsstelle ist wie eine Tür zum Suchthilfesystem. Und unser Job in der Beratungsstelle ist zu gucken, was passt denn zu Ihnen und zu dir? Wir sagen nicht, du bist so und so. Und deshalb musst du XY machen. Sondern wir versuchen, das gemeinsam zu erarbeiten, sodass wir auch wirklich eine nachhaltige Intervention im Laufe der zukünftigen Beratung und Therapie hinbekommen.]

Sprecher:

Aber wann genau ist der Punkt erreicht, an dem Betroffene oder Eltern Hilfe suchen sollten?

O-Ton 43 Arthur Coffin:

Wenn Leute anfangen sich selbst zu regulieren, oder sich darüber Gedanken zu machen oder anfangen, in die Abdosierung zu gehen. Das ist so ein Red Flag, der darauf zeigt: Ah, da bilden sich langsam Suchtstrukturen aus im Gehirn und in der Persönlichkeit.

Sprecher:

Coffin sagt auch: Kein Zeitpunkt ist zu früh, um bei Suchtberatungsstellen wie LogIn Rat zu suchen.

O-Ton 44 Arthur Coffin:

Hilfe holen, Informationen holen, wir sind ja da. Man muss ja nicht mal mehr den Telefonhörer in die Hand nehmen, man kann uns anschatten. Über Digi-Sucht. Da gibt es eine Plattform, die ziemlich geil ist, oder beim Notdienst, es gibt eine Chat-Plattform. Einfach anschreiben. [4,5].

Atmo 11: Escape Türe

Sprecher:

Auch bei Mika, die zwei Jahre lang schwer Tabletten-abhängig war, hat sich eine Tür zum Suchthilfesystem aufgetan. Und zwar bei der Familienberatung Escape, mithilfe von Sozialarbeiterin Stefanie Schumann.

O-Ton 45 Stefanie Schumann, Sozialarbeiterin:

Das war ein ziemlich beeindruckender Weg. Auch für mich, die Mika darin begleiten durfte.

Sprecher:

An Mikas absolutem Tiefpunkt bekam sie eine eins-zu-eins Betreuung von Stefanie Schumann.

O-Ton 46 Stefanie Schumann:

Mika war tatsächlich aus ihrer WG geflogen, im Grunde in die Obdachlosigkeit entlassen. Hatte keinerlei Gelder. Und wir haben irgendwie das geschafft, ich sag mal von tief unten ein Stück weit ein Leben aufzubauen. Also nach einem Platz zu suchen, in dem Mika sich wohlfühlen kann, Also einfach eine WG, die sie nicht rauswürft, weil sie konsumiert oder einen Rückfall baut, sondern die damit arbeitet.

Sprecher:

Zwischen der Suchtberaterin und Mika entsteht ein Vertrauensverhältnis. Und Mika vertraut ihr wie einer guten Freundin alles an – eine Offenheit, die nötig ist, damit Schumann ihr überhaupt helfen kann. Von da an ging es Stück für Stück aufwärts.

O-Ton 47 Mika:

Ich hab Steffi zum Abschied Blumen gekauft. *Ich weiß, ich hab sie gesehen.* Mit Liebe und Herz. Ich hab noch nie jemandem Blumen gekauft, nicht mal meiner Mutter.

Musikakzent

Sprecher:

Mittlerweile ist Mikas Betreuung von Escape beendet, und sie kommt derzeit gut ohne Hilfe zurecht. Vielleicht kommt sie mal vorbei, um hier anderen Betroffenen zu berichten, wie das bei ihr mit der Sucht anfing – und wie sie wieder herauskam.

O-Ton 48 Mika:

Will ja auch Erzieherin werden so, in WGs mit so, mit Drogenschwerpunkt. Ich sehe Menschen an, wenn sie was genommen haben, ich merke, wenn Leute mich anlügen, wegen Drogen. Ich wäre die perfekte nervige Betreuerin in einer Sucht-WG. Muss ich mir irgendwie zunutze machen, dass ich mir Jahre meines Lebens verschwendet habe.

Sprecher:

Mikas Geschichte und auch die des Rappers Tra zeigen: Es kann gelingen, von einer Tablettensucht loszukommen. Auch wenn noch viel zu tun bleibt, arbeiten heute Ärztinnen und Ärzte, Suchtberater und sogar Rapper daran, über die Gefahren aufzuklären und Wege aus der Abhängigkeit zu zeigen. Selbst Tra, Capital Bra und T-Low, die mit ihren Liedern viele Millionen Jugendliche neugierig auf Benzos und Opiate machten, warnen inzwischen vor dem Suchtrisiko.

Abspann Das Wissen über Musik-Bett:

Sprecherin:

Benzos und Tilidin – Warum Jugendliche so leicht in die Tablettensucht rutschen.
Von Marius Penzel. Sprecher: Andreas Klause, Regie: Günter Maurer, Redaktion:
Vera Kern. Ein Beitrag aus dem Jahr 2025.

* * * * *

Quellen:

[1] https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Abschlussbericht/abschlussbericht_BOJE.pdf

[2] <https://www.spiegel.de/politik/deutschland/hemmungslose-gewalt-trend-droge-laesst-jugendliche-durchdrehen-a-529907.html>

[3] <https://www.uniklinik-freiburg.de/presse/pressemitteilungen/detailansicht/5145-warnung-vor-falsch-deklarierten-tabletten-lebensbedrohliche-vergiftungen-moeglich.html>

[4] <https://www.suchtberatung.digital/>

[5] <https://www.drugcom.de/drogenberatung-online/>