

Kekse als Suchtfalle: Überraschende Tipps von Experten für Entwöhnung!

Zwei Wiener Suchtmediziner geben Tipps zur Bekämpfung von Keksabhängigkeit und erklären die neurologischen Mechanismen dahinter.

Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich - In der Winterzeit, wenn die Adventszeit vor der Tür steht, kämpfen viele Menschen mit einer besonderen Herausforderung: der Keks-Sucht. Die Suchtmediziner Iris Zachenhofer und Shird Schindler vom „Sozialmedizinischen Zentrum Wien“ haben nun überraschende Tipps parat, die helfen sollen, dieser Versuchung zu widerstehen. Sie weisen darauf hin, dass Kekse im Gehirn ähnlich wie Alkohol und andere Drogen wirken. Um den unwiderstehlichen Reizen zu begegnen, bieten die Experten in einem Artikel auf der Plattform „campus a“ diverse Techniken an, die von Kerzenwachs bis hin zu Gummiringern reichen. Ihr Ziel ist es, den Geruchssinn zu manipulieren, um das Verlangen zu reduzieren und die Kontrolle zurückzuerlangen. Mehr zu diesen hilfreichen Ansätzen finden Sie auf **OTS.at**.

Professionelle Unterstützung bei Abhängigkeiten

Nun ist es nicht nur Keks-Liebe, die Menschen in die Abhängigkeit führt. Die Abhängigkeitserkrankungen insgesamt stellen eine große Herausforderung dar, für die spezialisierte Behandlungen erforderlich sind. Eine Vielzahl von Therapiemöglichkeiten wird in Brandenburg angeboten, darunter auch eine vollstationäre Behandlung in speziellen Einrichtungen. Die Klinik bietet Patienten auf der Station P8

qualifizierte Entgiftung an, während ältere Patienten über das Angebot der Station G2 verfügen können, die auf deren Bedürfnisse zugeschnitten ist. Sollte gleichzeitig eine Depression bestehen, sind die Stationen P9 für diese komplexen Fälle eine wertvolle Anlaufstelle. Bei akuten Situationen, wie beispielsweise Suizidalität, sorgt die Station P3 für besondere Sicherheit, bevor eine nahtlose Weiterbehandlung erfolgt. Weitere Informationen zu den Behandlungsangeboten lassen sich auf der Seite von **Asklepios** nachlesen.

Das Bewusstsein für die psychischen und physischen Herausforderungen im Zusammenhang mit Suchtverhalten ist entscheidend, insbesondere in der festlichen Jahreszeit, die oft mit Überkonsum verbunden ist. Die innovativen Ansätze der Wiener Suchtmediziner könnten vielen helfen, sich im schokoladigen Überfluss besser zurechtzufinden und ein gesundes Verhältnis zu Naschereien zu entwickeln.

Details	
Ort	Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.ots.at• www.asklepios.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at