

Hin und wieder stoßen wir im Alltag an unsere Grenzen. Wir fühlen und ausgelaugt oder haben einen schlechten Tag und kommen nicht so voran, wie wir es wollen. Wir wollen mehr schaffen. Im Normalfall greifen wir in solchen Momenten zur Kaffeekanne. Doch laut aktueller Studienergebnisse der DAK, reicht Kaffee vielen Deutschen nicht mehr aus.

2008 und 2014 widmete sich der DAK-Gesundheitsreport dem Thema des sogenannten Neuro-Enhancement. Gemeint sind damit smarte Drogen, also solche, die unsere Leistungsfähigkeit steigern sollen. Sie ermöglichen es, das eigene Wohlbefinden zu verbessern, sowie Ängste und Nervosität abzubauen. Außerdem sollen sie die Vigilanz, d.h. die Wachheit oder dauerhafte Aufmerksamkeit steigern und unsere Konzentrationsfähigkeit verbessern.

**Neuro-Enhancement** beschreibt die selbstständige Medikation, ohne medizinische Indikation. Das Phänomen, die Grenzen des Körpers überwinden zu wollen, ist kein neues. Schon immer hat der Mensch versucht, sich von den Grenzen zu befreien, die ihm sein eigener Körper auferlegte. Schon Leonardo da Vinci hatte Ende des 14. Jahrhunderts ein Gerät gebaut, mit welchem er den Menschen in die Lüfte bekommen wollte - also den Menschen davon zu befreien, dass er durch die Schwerkraft an den Boden gebunden ist. Heute fliegen wir in großen Passagiermaschinen rund um die Welt.

Das Neuro-Enhancement umfasst in der Regel pharmazeutische Produkte. Sie werden von Menschen als Medikation eingesetzt, obwohl diese nicht krank sind. Die Geschichte des Neuro-Enhancement begann in den 1930er Jahren, als verschiedene Substanzen an Soldaten getestet wurden, um Ängste zu lösen und ihre Konzentrationsfähigkeit zu verbessern. Vor allem Methamphetamin wurde eingesetzt und erhielt Spitznamen wie z.B. Panzerschokolade.

Heute bietet die Pharmaindustrie unterschiedlichste Substanzen an. Eines der bekanntesten Mittel ist Ritalin (Methylphenidat), das im Normalfall eingesetzt wird, um Kinder, die an dem ADHS-Syndrom leiden, zu behandeln. Neben der Steigerung der Wachheit und Konzentration bewirkt Methylphenidat auch die Verkürzung der Reaktionszeiten. Der Wirkstoff ist dabei sowohl in Ritalin, welches der Handelsname von Methylphenidat ist, als auch in ähnlichen Produkten, wie z.B. Medikinet oder Concerta enthalten. Eine ganz ähnliche Wirkung hat die Psychostimulanz Modafinil, welches unter dem Namen Provigil oder nur Vigil erhältlich ist. Seit 2011 wird es in Deutschland nur noch bei Narkolepsie Patienten eingesetzt.

Sogenannte Betablocker blockieren die Ausschüttung von Stresshormonen. Normalerweise sollen damit Herzranke oder Bluthochdruck Patienten behandelt werden. Bei gesunden Menschen lösen Betablocker Stress- und Angstsymptome wie Zittern, Herzklopfen oder Aufregung aus. Des Weiteren werden auch Antidepressiva und Antidementiva eingesetzt. Antidepressiva dienen der Stimmungsaufhellung und werden unter anderem zur Behandlung von Depressionen oder anderen psychischen Leiden eingesetzt. Antidementiva oder auch Nootropika sollen die Gedächtnisleistung verbessern.

Laut dem **DAK-Gesundheitsreport** haben drei Millionen Deutsche schon einmal auf diese oder ähnliche Substanzen zurückgegriffen. Eine Million Deutsche nutzen regelmäßig derartige Substanzen, um ihre Leistungsfähigkeit zu verbessern. Dennoch kann die Studie nur diejenigen erfassen, die auch zugeben, sich selbst zu dopen. Dunkelziffern gehen von bis zu 12% der Arbeitnehmer aus. Strenggenommen gehören auch Koffein im Kaffee oder Taurin in Energiedrinks in die Kategorie des Neuro-Enhancement, womit die Zahl deutlich höher als 12% liegen sollte.

Der DAK-Gesundheitsreport weist darauf hin, dass sich dieses Phänomen durch alle Hierarchieklassen, Berufsfelder und Qualifikationen zieht. Die meisten der Nutzer geben an, dass sie für die Medikamente ein ärztliches Rezept erhalten haben. Etwas über ein Drittel der Befragten gaben an, dass sie die Präparate entweder ohne Rezept in der Apotheke oder über Familie, Freunde und Bekannte erhalten haben. Für einen Großteil der Bevölkerung käme Hirndoping jedoch nicht infrage, es sei denn, es gibt eine ausdrückliche ärztliche Empfehlung.

Doch wann und warum werden solche Drogen eingesetzt? Laut Gesundheitsreport nutzen gesunde Menschen die Medikamente vor allem, um sich auf konkrete Situationen wie Prüfungen oder wichtige Meetings vorzubereiten. Männer nutzen also die Medikamente, um ihre Leistungsfähigkeit zu steigern, wohingegen Frauen die Präparate eher nutzen, um ihr psychisches Wohlbefinden zu verbessern und Ängste zu lösen. Und genau hier liegt laut dem Gesundheitsreport die Gefahr der smarten Drogen: Der Anteil der Nutzer ist in den letzten sechs Jahren von 4,7% auf 6,7% gestiegen und der häufigste Grund für den Konsum ist Stress am Arbeitsplatz.

Das Neuro-Enhancement wird eingesetzt, um sich den Arbeitsanforderungen gewachsen zu fühlen und damit die Arbeit leichter von der Hand geht. Experten warnen vor dem Gebrauch von derartigen Medikamenten ohne medizinische Indikation. Es können schlimme **Nebenwirkungen**, wie Schlafstörungen, Hautreaktionen, Magenprobleme, bis hin zu Herzkreislaufstörungen auftreten. Außerdem ist die Wirkung von diesen Medikamenten immer auch von der physischen und psychischen Verfassung des Konsumenten abhängig. So wirkt z.B. Koffein leistungssteigernd, wenn das Gehirn vor der Einnahme in einem niedrigen Aktivierungszustand ist. Ist das Gehirn jedoch in einem hohen Aktivierungszustand, wirkt Koffein leistungsvermindernd. Kaffeetrinker kennen dieses Phänomen auch als Fahrigkeit.

Generell gilt: Ein gesundes und waches Gehirn arbeitet im Normalfall schon auf einem sehr hohen Leistungsniveau, nahe dem Optimum. Die Medikamente können die Leistungsfähigkeit bei manchen Personen steigern und bei anderen vermindern. Bei regelmäßigen Nutzern mahnen die Experten auch vor einer psychischen Abhängigkeit.

*Tim Franke - Impulsdialog*

Mehr zu dem Thema finden Sie in dem aktuellen Gesundheitsreport der DAK:  
"[http://www.dak.de/dak/bundesweite\\_themen/Gesundheitsreport\\_2015-1585966.html](http://www.dak.de/dak/bundesweite_themen/Gesundheitsreport_2015-1585966.html)."