

## Pressemitteilung

25. Suchtforum in Bayern

### **Digital gestützt, digital gefordert – Sucht und Hilfe im Wandel**

München, 20. April 2026 **Digitale Medien gehören sowohl für Kinder als auch Jugendliche und Erwachsene selbstverständlich zum Alltag. Parallel zur wachsenden Nutzung nehmen jedoch auch problematische und riskante Konsummuster zu. Fachleute beobachten seit Jahren steigende Nutzungszeiten und sehen eine teils bedenkliche zunehmende Bedeutung digitaler Angebote im Kontext von Suchtentwicklungen. Sie betonen daher die Notwendigkeit, digitale Medien und ihre Nutzung in Prävention, Beratung und Behandlung zu berücksichtigen. Gleichzeitig bieten die neuen Medien und entsprechende Entwicklungen aber auch erhebliche Chancen für die Angebote und die Durchführung von Prävention, Beratung und Therapie. Vor diesem Hintergrund widmet sich das 25. Suchtforum in Bayern, das am 22. April 2026 gemeinsam von der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen (BAS), der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK), der Bayerischen Landesapothekerkammer (BLAK) und der Psychotherapeutenkammer Bayern (PTK Bayern) als Web-Seminar angeboten wird, den Auswirkungen der Digitalisierung auf Suchtverhalten und Suchthilfe.**

**Die Veranstaltung für Fachpublikum stellt aktuelle Entwicklungen und Herausforderungen in den Mittelpunkt und beleuchtet zugleich die Chancen digitaler Technologien für Prävention und Unterstützung. Vorgestellt werden unter anderem digitale Beratungsformate, hybride Hilfsangebote sowie neue Ansätze der Gesundheitsintervention. Auch der Einsatz innovativer Technologien und deren Potenzial für eine zeitgemäße Suchthilfe werden thematisiert.**

**Das Suchtforum bietet damit eine Plattform für den fachlichen Austausch zwischen Wissenschaft, Praxis und Öffentlichkeit. Ziel ist es, Perspektiven für eine wirksame Prävention und Hilfe im digitalen Zeitalter zu diskutieren und Impulse für die Weiterentwicklung der Suchthilfe in Bayern zu geben.**

**Dr. Gerald Quitterer, Präsident der Bayerischen Landesärztekammer,** beobachtet in der ärztlichen Praxis, dass die gesundheitlichen Folgen der exzessiven Mediennutzung vor allem bei Kindern und Jugendlichen in den vergangenen Jahren spürbar zugenommen haben. Vor diesem Hintergrund fordert er ein entschlossenes politisches Handeln: „Digitale Medien prägen den Alltag junger Menschen – doch immer mehr verlieren die Kontrolle über ihre Nutzung. Viele verbringen täglich Stunden vor Smartphone und PC, häufig bis spät in die Nacht. Die Folgen sind gravierend: Sozialer Rückzug, familiäre Konflikte und gesundheitliche Probleme wie Übergewicht und Haltungsschäden durch Bewegungsmangel, Kurzsichtigkeit, Schlaf- und Aufmerksamkeitsstörungen sowie

psychische Belastungen. Besonders gefährdet sind junge Menschen in schwierigen Lebenslagen. Mehr als 25 Prozent aller 10- bis 17-Jährigen zeigen einer Untersuchung zufolge einen riskanten oder krankhaften Medienkonsum, 4,7 Prozent von ihnen gelten als süchtig. Wir brauchen deshalb einen deutlich stärkeren Kinder- und Jugendmedienschutz. Ich appelliere an die Bundesregierung, Konzepte für eine sinnvolle und abgestufte Begrenzung der Nutzung von Social-Media-Plattformen durch Kinder und Jugendliche zu entwickeln und umzusetzen. Diese könnten sich an den Empfehlungen der Leopoldina orientieren, die klare Leitlinien für einen gesundheits- und entwicklungsförderlichen Umgang mit digitalen Medien formuliert hat. Zudem muss die Altersbewertung von Games stärker überprüft werden. Außerdem benötigen wir strengere Regeln für (Online-)Glücksspielwerbung, die junge Menschen mit Versprechen von Nervenkitzel und schnellen Gewinnen besonders anspricht, sowie eine bundesweite Intensivierung von Aufklärungs- und Präventionskampagnen.“

**Professor Dr. Oliver Pogarell, 1. Vorsitzender der Bayerischen Akademie für Suchtfragen (BAS)**, erklärt: „Risiken und Gefahren der digitalen Medien, von Online-Plattformen oder sozialen Netzwerken sind Gegenstand kontroverser Debatten. Designs und Algorithmen nutzen Mechanismen des endogenen Verstärkersystems und können Autonomieverlust und Suchtverhalten fördern. Den Anbietern kommt eine Verantwortung zu, die mit wirtschaftlichen Interessen konfligiert. Dennoch sollten wir die Chancen der Digitalisierung auch im Suchtbereich nicht außer Acht lassen und einen offenen Diskurs führen. Denn Telemedizin kann, unabhängig von Ort und Zeit, einen Zugang zu Therapie und Beratung oft erst ermöglichen und moderne Tools können präventiv oder diagnostisch eingesetzt werden und die Selbstkontrolle stärken. Außerdem können Apps und Online-Communities Unterstützung und Austausch bieten. Nicht die Technologie per se ist suchtfördernd, sondern die Art der Nutzung. Zu stärken sind Eigenverantwortung und Medienkompetenz, zu fordern ist das Verantwortungsbewusstsein der Anbieter. Digitalisierung kann auch in der Suchtmedizin ein wertvolles Werkzeug sein – entscheidend wird sein, wie wir damit umgehen.“

Auch **Prof. Dr. Heiner Vogel, Vorstandsmitglied der Psychotherapeutenkammer Bayern (PTK Bayern)**, betont, dass digitale Technologien neue Möglichkeiten bieten, Betroffene von Suchterkrankungen direkt in ihren Lebenswelten zu erreichen. Gleichzeitig weist auch er darauf hin, dass digitale Medien selbst wiederum ein Gesundheitsrisiko darstellen. Dabei hebt er auf die Gefahren exzessiver Mediennutzung ab, die sich nicht zuletzt durch den suchtfördernden Charakter mancher dieser Medien ergeben: „Junge Menschen sind online auch zunehmend Cybermobbing, sexueller Belästigung, Gewalt, Radikalisierung und dem ständigen Vergleichen mit anderen ausgesetzt. Das kann z. B. Ängstlichkeit, Niedergeschlagenheit und Schlafstörungen fördern und mit weiteren Risiken für die psychische Entwicklung einhergehen. Diese negativen Folgen erleben auch Psychotherapeut\*innen in ihrer täglichen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Um Heranwachsende zu schützen, sind eine schnelle,

unkomplizierte Unterstützung und gute Rahmenbedingungen wichtig. In der Politik wird aktuell eine Altersbeschränkung für die Nutzung sozialer Medien diskutiert. Beispiele aus anderen Ländern zeigen, wie kompliziert das Thema ist. Ein Verbot sozialer Medien kann beispielsweise die soziale Teilhabe einschränken und die Hemmschwelle erhöhen, sich bei Gewalterfahrungen im Netz Hilfe zu holen. Auf jeden Fall ist es als erster Schritt wichtig, die Plattformbetreiber stärker in die Verantwortung zu nehmen – für Schutzmechanismen gegen Endlos-Scrollen, Fakenews, jugendgefährdende Inhalte und digitale Gewalt. Außerdem muss die Medienkompetenz von Kindern und Jugendlichen und insbesondere auch von ihren Eltern gestärkt werden, z. B. durch niedrigschwellige, auch psychotherapeutische Präventionsangebote.“

**Dr. Sonja Mayer, Vizepräsidentin der Bayerischen Landesapothekerkammer**, betont die Bedeutung der Vor-Ort-Apotheken als niedrigschwellige Anlauf- und Beratungsstelle zur Prävention von Suchtverhalten, so auch bei Mediensucht: „Ein problematischer Medienkonsum oder sogar Mediensucht kann verschiedene körperliche, psychische oder auch soziale Folgen haben. Verspannungen, Schlafmangel bzw. Schlafprobleme, Aufmerksamkeitsstörungen, Bewegungsmangel bis hin zu Gewichtsproblemen aufgrund ungesunder und/oder unregelmäßiger Ernährung sind nur einige dieser (Spät-)Folgen. Umso wichtiger ist es, erste Anzeichen von Suchtverhalten zu erkennen und richtig zu deuten, um frühzeitig gegenzusteuern. Hier kommt uns Apothekerinnen und Apothekern eine wichtige Rolle in der Beratung zu. Im Rahmen unserer Aufklärungs- und Lotsenfunktion können wir Betroffene sowie auch Eltern / Erziehungsberechtigte und Angehörige zu diesem Thema sensibilisieren, ihnen Informationen an die Hand geben und auf mögliche Hilfsangebote verweisen. Vor-Ort-Apotheken kommt hier somit die Aufgabe der „Problem-Vermeider“ bis hin zum „Problem-Erkennen“ als auch „Problem-Löser“ zu und dies selbstverständlich im Schulterschluss mit den weiteren Akteuren im Gesundheitswesen.“

**Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen BAS gGmbH**

Landwehrstraße 60-62, 80336 München, Telefon 089 530730-0, Fax 089 530730-19

E-Mail: [bas@bas-muenchen.de](mailto:bas@bas-muenchen.de), Internet: [www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

Die BAS beschäftigt sich als Transferinstitut zwischen Forschung und Praxis mit wissenschaftlichen und praxisbezogenen Fragestellungen der Prävention und Behandlung von Suchterkrankungen. Sie wurde im Herbst 1997 mit dem Zweck gegründet, die Verbesserung des öffentlichen Gesundheitswesens im Suchtbereich gezielt zu fördern. Zum Themenkreis der BAS gehören körperliche und psychosoziale Störungen beziehungsweise Krankheiten im Zusammenhang mit Alkohol, Nikotin, illegalen Drogen und psychoaktiv wirkenden Medikamenten. Darüber hinaus befasst sie sich auch mit den sog. nicht-substanzgebundenen bzw. Verhaltenssuchten wie den pathologischen Glücksspielen. Auch weitere mit Abhängigkeitsstörungen assoziierte Gesundheitsthemen wie z. B. Angststörungen, Depressionen oder Essstörungen werden behandelt. Ein zentrales Ziel der BAS besteht in der Förderung des Transfers zwischen Wissenschaft und Praxis. Neben der jährlichen Vortragsreihe organisiert sie regelmäßig Fortbildungsveranstaltungen und Tagungen.



### **Bayerische Landesapothekerkammer – Körperschaft des öffentlichen Rechts (BLAK)**

Maria-Theresia-Straße 28, 81675 München

Marion Resch, Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit, Telefon 089 926287, Fax 089 9262905

E-Mail: [marion.resch@blak.de](mailto:marion.resch@blak.de), Internet: [www.blak.de](http://www.blak.de)

Die BLAK ist die Berufsvertretung der bayerischen Apothekerinnen und Apotheker. Sie ist Körperschaft des öffentlichen Rechts und unterliegt der Aufsicht des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege. Die Apothekerkammer wacht über die Erfüllung der Berufspflichten durch die Apothekerinnen und Apotheker und vertritt die beruflichen Interessen der Apothekerschaft gegenüber Politik und Gesellschaft. Darüber hinaus bietet sie ihren über 16.000 Mitgliedern eine Vielzahl an unterstützenden Dienstleistungen und Services, wie zum Beispiel ein breites Angebot an Fort- und Weiterbildungen oder ein apothekenspezifisches Qualitätsmanagementsystem. Die Apothekerkammer gewährleistet durch ihre Mitglieder eine ordnungsgemäße Versorgung der Bevölkerung mit Arzneimitteln und trägt damit aktiv zum Patienten- und Verbraucherschutz bei.

### **Bayerische Landesärztekammer – Körperschaft des öffentlichen Rechts (BLÄK)**

Mühlbaurstraße 16, 81677 München

Pressestelle: Ines Stefanie Wagner Leiterin des Bereichs Kommunikation, Politik und Marketing

Telefon 089 4147-268

E-Mail: [presse@blaek.de](mailto:presse@blaek.de), Internet: [www.blaek.de](http://www.blaek.de)

Die BLÄK wurde 1946 als Körperschaft des öffentlichen Rechts gebildet. Sie ist zusammen mit 63 Kreisverbänden und acht Bezirksverbänden die gesetzliche Berufsvertretung aller bayerischen Ärzte. Zu den Aufgaben der BLÄK gehören unter anderem die Wahrnehmung der beruflichen Belange der Ärzte, die Förderung der ärztlichen Fortbildung sowie die Überwachung der Erfüllung der ärztlichen Berufspflichten. Die BLÄK engagiert sich derzeit für rund 90.000 Ärztinnen und Ärzte. Alle zur Berufsausübung berechtigten Ärztinnen und Ärzte, die im Freistaat ärztlich tätig sind oder dort ihren Hauptwohnsitz haben, sind Pflichtmitglieder der BLÄK.

### **Psychotherapeutenkammer Bayern (PTK Bayern), Körperschaft des öffentlichen Rechts**

Birketweg 30, 80639 München

Pressestelle: Luisa Hiller, Telefon 089 515555-241, E-Mail: [pressestelle@ptk-bayern.de](mailto:pressestelle@ptk-bayern.de), Internet: [www.ptk-bayern.de](http://www.ptk-bayern.de)

Die PTK Bayern ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts und die Berufsvertretung der rund 11.400 Psychotherapeut\*innen in Bayern. Nach dem Heilberufe-Kammergesetz (HKaG) gehört es zu den wesentlichen Aufgaben der PTK Bayern, die beruflichen Belange ihrer Mitglieder wahrzunehmen, die Erfüllung der psychotherapeutischen Berufspflichten zu überwachen, die psychotherapeutische Fort- und Weiterbildung zu fördern und in der öffentlichen Gesundheitspflege mitzuwirken.