

„Mit dem Kasten Bier in der Kabine hat alles angefangen...“

Ein Vortrag für die Jugendlichen des TSV Jöhlingen über die Gefahren des Alkohols.

Frank Milbich, selbst ehemaliger Handballer des TSV Jöhlingen, berichtete in seinem Gespräch mit den Jungs der C-, B- und A-Jugend von seinen eigenen Erfahrungen im Umgang mit Alkohol.

Zu Beginn des Vortrags war es noch unruhig im Saal, doch spätestens als Frank von seinen persönlichen Erlebnissen berichtete, verstummte auch das letzte Tuscheln und Flüstern. Die Jugendlichen waren beeindruckt von der Art und Weise, wie der mittlerweile seit über 5 Jahren „trockene Alkoholiker“ mit seiner Vergangenheit umgeht, für die er sich nach eigenen Angaben zutiefst schämt. Es begann mit dem Kasten Bier in der Kabine, der musste immer geleert werden, Frank war immer bis zum Ende dabei. Auch auf Festen war er immer anzutreffen, war immer der letzte der nach Hause ging und sorgte für gute Stimmung auf jeder Party. Er war beliebt, genau das Gegenteil eines Außenseiters, aber immer schon anfällig für Alkohol. „Das ist wie ein Gendefekt, der man im Kopf hat“, sagt der heute 47-jährige über sein Problem, „man kann dann einfach nicht aufhören zu trinken“. Auch wenn alle anderen schon am Gehen waren, Frank trank weiter und weiter, bis aller Alkohol vernichtet war. Während die anderen in seinem Alter allerdings einmal pro Woche tranken, waren es bei ihm 3 oder 4 Tage, manchmal sogar an bis zu 5 Tagen in der Woche. Das ganze ging so weit, dass er täglich 3 Falschen Schnaps trinken musste. Zu dieser Zeit wusch er sich kaum, wachte in seiner eigenen „Pisse“ auf, kotzte Blut. Seine damalige Beziehung war längst in die Brüche gegangen, auch seinen damals 4-jährigen durfte er nicht sehen. Ein Besuch beim Arzt brachte dann die Wende. Franks Leberwerte waren so schlecht, dass ihm der Arzt nur noch wenig Zeit zu leben gab. Entweder er musste sofort aufhören mit Trinken oder er würde sterben. Doch anstatt sich in eine Klinik einliefern zu lassen, verschanzte sich Frank in seiner Wohnung, schloss die Tür zu, wollte mit niemandem reden oder etwas unternehmen. Er ernährte sich von Wasser und Milch, hatte Halluzinationen und Schweißausbrüche. Die regelmäßigen Besuche bei den Anonymen Alkoholikern, zu denen er auch heute noch einmal in der Woche geht, brachten in weiter und nach einem halben Jahr Leiden und Isolation, konnte er wieder ein einigermaßen normales Leben führen, geregelt Essen und unter Leute gehen. Mittlerweile ist er seit über 5 Jahren trocken, trinkt keinen Tropfen Alkohol, auch nicht in Soßen oder Kuchen. Zudem ist er Referent für Alkoholprävention beim Badischen Handball Verband, hält Vorträge dieser Art in vielen Schulen und Vereinen. Er hat es geschafft, aus diesem Sumpf wieder zu entkommen.

„Wenn meine Erzählungen euch zum Nachdenken gebracht haben und ich euch die Gefahren, die der Alkoholkonsum mit sich bringt, erläutern konnte, ist das für mich ein Erfolg.“ Mit diesen Worten beendete Frank das Gespräch mit den Jugendlichen, auf deren Fragen er sehr aufrichtig und ehrlich einging. Bei vielen der Jungs merkte man, dass sie von den Erfahrungen schwer beeindruckt waren. Aussagen wie: „Dass es so schlimm sein kann, Alkoholabhängig zu sein, hätte ich nie gedacht“, oder auch „Oh man, das muss echt schlimm gewesen sein“ zeigten, dass der Vortrag seinen Zweck erfüllt hat.

Der TSV sich auch im Namen der Jugendlichen herzlich bei Frank bedanken und ihm für die Zukunft alles Gute wünschen.