

Inhaltsverzeichnis

Fakten, Fakten, Fakten ...	
Die große Lüge Rauschgift	3
Wie kommt es zu einer Abhängigkeit?	9
Welche legalen Drogen machen süchtig?	29
Illegale Drogen: Welche Arten gibt es und was sind ihre Eigenschaften?	71
Das Gehirn ist das Epizentrum aller Drogen	105
So kommst du von den Drogen los ...	
Jetzt abspringen: Augen zu und durch!	119
Rückfall vorbeugen, aber wie?	131
Ein neues ICH: 10 Tipps von mir und der Wissenschaft	147

Gemeinsam stärker: Wie andere bei einer Drogenabhängigkeit helfen können ...

Unterstützung suchen und Hilfe annehmen	175
Mentorinnen und Mentoren als Sprungbrett nach oben	187
Wie kannst du als Angehörige oder Angehöriger Hilfe leisten?	191
Umgang mit Stigmatisierung durch die Gesellschaft	205