

# TAGBLATT

abo+ PORTRÄT

## Dieser Mann war kokainsüchtig, hat die Drogenhöhle hinter sich gelassen – und engagiert sich heute für Suchtkranke in St.Gallen

Kokain und Crack sind in St.Gallen weiter auf dem Vormarsch, immer mehr Menschen geraten in die Fänge der Sucht. Einer von ihnen war Sandro Rüegg. Heute, fünf Jahre nachdem er die Sucht besiegt hat, nutzt er als Geschäftsführer des Vereins «Endless Life» in St.Gallen seine Erfahrungen, um Drogenabhängigen zu helfen.

Carmen Beck

07.10.2024, 05.00 Uhr

abo+ **Exklusiv für Abonnenten**



Sandro Rüegg hat die Sucht und das Doppelleben hinter sich gelassen und ist jetzt eine Stütze für Drogenabhängige.

Bild: Arthur Gamsa

Sandro Rüegg sitzt mit lässig übereinander geschlagenen Beinen und sichtlich entspannt auf einem hellbraunen Ledersofa im Besprechungszimmer des «Endless Life» Vereins in St.Gallen. Sein offener Blick und die Lachfältchen, die sich um die grünen Augen herum abzeichnen, verleihen seinem Gesicht eine lebensbejahende Ausstrahlung. Das war nicht immer so.

Getrieben von Sucht, Beschaffung und Konsum, bestimmen Drogen jahrelang Sandro Rüeggs Leben. Heute ist er clean und hat seit März dieses Jahres als Geschäftsführer des «Endless Life» Vereins eine neue Aufgabe und wieder Freude am Leben gefunden. Gemeinsam mit Thomas Feurer, der selbst fünfzehn Jahre lang schwer drogensüchtig war und den Verein vor zwanzig Jahren gründete, hilft Sandro Rüegg Drogenabhängigen, den Weg aus der Sucht zu finden.

Sandro Rüegg wächst nicht wie viele andere, die in eine Drogensucht abrutschen, in einem zerrütteten Familienumfeld auf. Seine Eltern lassen sich zwar scheiden, als er acht Jahre alt ist. «Das hat schon viel mit mir gemacht.» Zum Vater hat er jedoch weiterhin Kontakt und ein freundschaftliches Verhältnis. «Und meine Mutter tat alles in ihrer Macht Stehende, um mir und meiner Schwester eine schöne Kindheit zu ermöglichen.» Dass der damals 13-jährige Sandro schon früh macht, was er will, kommt und geht, wann er möchte, über das Wochenende mit Kollegen vereist, auch ohne Erlaubnis – dagegen ist sie machtlos.

### **Der Anfang vom Ende**

Im Alter von 13 Jahren beginnt Sandro Rüegg mit Rauchen und Trinken. Mit 16 kommt der Konsum von Cannabis dazu. Wie bei vielen Heranwachsenden zunächst aus Spass, Neugierde oder einfach, um hin und wieder in eine andere Welt abzutauchen. «Es hat sich allerdings früh abgezeichnet, dass ich ein Suchtmensch bin und einen Hang zum exzessiven Konsum habe.» Vor allem beim Alkohol übertreibt der heute 37-jährige St.Galler bereits in jungen Jahren masslos. «Der Alkohol war bei mir auch der Türöffner für Cannabis.» Die Ausbildung zum Medizintechniker zieht er mit Ach und Krach durch. «Ich konnte mich immer irgendwie durchmogeln.»

Der exzessive Alkoholkonsum begleitet ihn durch seine Teenagerjahre und auch noch viele Jahre danach. Als er mit Mitte 20 anfängt, Kokain zu konsumieren, beginnt der eigentliche Albtraum. Sandro Rüegg möchte damals mit Alkohol und Drogen seinen Alltagsorgen entfliehen.

«Endless Life»-Gründer Thomas Feurer sagt, der Druck in der heutigen Gesellschaft, immer funktionieren zu müssen, trage einen grossen Teil dazu bei, dass der Drogenkonsum mehr und mehr ansteige. «Das Schlimmste ist, dass Kokain die Droge ist, die am meisten verharmlost wird, aber die dramatischsten Folgen hat.» Im Gegensatz zu Heroin bekomme man von dieser Droge nie genug. In Filmen und sozialen Medien werde oft ein falsches Bild vermittelt und der Kokainkonsum als etwas Cooles dargestellt. «Die Droge der Reichen und Schönen!» Die Realität sehe allerdings anders aus.

Die schmerzliche Erfahrung, dass Kokain eine enorme zerstörerische Wirkung auf Psyche und Körper hat, wird auch Sandro Rüegg in den folgenden sechs Jahren machen.

### Crack breitet sich in Schweizer Städten aus

[Angebot und Nachfrage von Kokain steigen in der Schweiz](#). Die einfache Verfügbarkeit und der tiefe Preis führen zu einem Anstieg des Konsums. Dabei wird Kokain immer häufiger geraucht statt geschnupft. [Der Schweizerische Städteverband verzeichnet seit Anfang 2021 einen Anstieg von Crack-Konsumierenden](#). Der Rausch und die schnell eintretende Abhängigkeit sind extrem stark. Suchterkrankte vergessen zu essen, zu trinken oder zu schlafen. Damit verbunden sind Gewaltphänomene wie Bedrohungen, Aggressionen und physische Gewalt. (red)

---

Nie genug zu kriegen, das wird auch bald zum Problem für Sandro Rüegg. «Der Arzt sagte, ich hätte einen Blutdruck wie ein 65-Jähriger, und die Nasenscheidewand war kaputt vom exzessiven Konsum.» Er habe sich damals Gedanken darüber gemacht, wie er künftig konsumieren wolle, weil seine Nase so angegriffen gewesen sei. Vermutlich wäre auch er früher oder später beim Rauchen von Crack oder beim intravenösen Konsum gelandet – hätte er nicht den Absprung geschafft.

### Das Doppelleben

Nach aussen führt Sandro Rüegg ein anderes Leben, als er es eigentlich tut. Immer verheimlichen zu müssen, wer man ist, immer Angst haben zu müssen, dass die Drogensucht herauskommt, das sei für ihn mit das Schlimmste am Konsum gewesen.

«Das braucht so unheimlich viel Zeit und Kraft, welche man sowieso nicht hat.» Seine Eltern, Schwester und Freunde hätten vielleicht etwas geahnt, aber letztlich habe niemand gewusst, wie schlecht es damals um ihn gestanden sei. «Man wird erfinderisch, zum notorischen Lügner und überspielt andauernd, wie schlecht es einem geht.» Mit Aussagen wie «Ich muss noch mal kurz ins Büro» verschafft er sich immer wieder Freiraum für ungestörten Drogenkonsum.

Sandro Rüegg hat aber in dieser Zeit nicht nur mit den physischen Auswirkungen seiner Drogensucht zu kämpfen. «Dass meine Gefühlswelt kaputt gegangen ist, ist noch viel schlimmer als die körperlichen Schäden. Dinge, von denen man weiss, man fühlt sie, aber man spürt sie nicht. Ich

habe genau gewusst: Ich liebe meine Frau und meine Kinder. Aber gespürt habe ich es nicht mehr.»

### **Der Wendepunkt**

Sandro Rüegg ist 31 Jahre alt, als seine Scheinwelt aufgrund von Problemen mit der Justiz zerbricht und es keinen anderen Weg mehr gibt, als alles seiner Frau zu erzählen. Er geht in den Entzug, und eine Zeit der Selbstreflexion beginnt.

«Es gab zwei Möglichkeiten. Entweder ich gehe ins Licht und entscheide mich für ein gesundes Leben, oder alles geht kaputt.» Während des Entzugs bleibt er eines Tages beim Zappen bei der Sendung «Fenster zum Sonntag» hängen und sieht Thomas Feurer. «Ich hatte sofort das Gefühl, dass er mir helfen kann.» Nach seinem Entzug nimmt er Kontakt zum «Endless Life» Verein auf, und die Dinge in Sandro Rüeggs Leben nehmen zum ersten Mal seit langem eine positive Wende.

Heute sitzt Sandro Rüegg als anderer Mensch auf dem hellbraunen Ledersofa. An jenem Ort, an dem er einst selbst als Hilfesuchender sass. Er sei zutiefst dankbar, als Mitglied im «Endless Life» Verein die sinnvolle Aufgabe zu haben, den Menschen aufgrund seiner eigenen Erfahrungen die Hilfestellung geben zu können, die er damals selbst bekommen habe – damit es vielleicht auch sie schaffen, irgendwann von den Drogen loszukommen. Er sei auch stolz auf sich selbst. Darauf, dass er es geschafft habe, sich von all seinen Süchten zu befreien. «Ich trinke noch nicht einmal mehr Kaffee», sagt Sandro Rüegg zum Abschied. Seine Lachfältchen kommen wieder zum Vorschein.

## Mehr zum Thema

**abo+** ST.GALLEN

### «Wir müssen unsere Drogenpolitik überdenken»: Stiftung Suchthilfe und Polizei verstärken Präsenz im Lachenquartier

01.10.2024



**abo+** INTERVIEW

### Die St.Galler Stadtpolizei zum Drogenproblem im Lachen-Quartier: «Vor ein, zwei Monaten haben die Meldungen zugenommen»

04.08.2024



**abo+** STADT ST.GALLEN

### Zunehmendes Drogenelend im Hotel Rössli: Nachbarinnen und Nachbarn fühlen sich machtlos

04.08.2024



**abo+** DROGEN

### «Immer billiger und einfacher verfügbar»: Kokain und das Schreckgespenst Crack sind in St.Gallen weiter auf dem Vormarsch

06.08.2024



Für Sie empfohlen

Weitere Artikel >



FUSSBALL

**Überzeugender Start, dann drückt die Müdigkeit durch - der FCSG und Servette trennen sich 1:1**



abo+ KANTONSGERICHT ST.GALLEN

**Sie gab sich jahrelang als pflegebedürftig und arbeitsunfähig aus: 49-Jährige muss wegen IV-Betrugs ins Gefängnis**



ST.GALLER STADT-TICKER

**Heute reisen die Nati-Stars an - Öffentliches Training im Kybunpark +++ Frau schleicht in Pflegeheim ein - Festnahme +++ Bahnhof: Rucksack aus Zug gestohlen**

Live

TOGGENBURG-TICKER

**Mosnang: Letzter Platz für Radballer an Schweizer**

abo+ EIGENMIETWERT

**Zu tief geschätzte Liegenschaften führen zu Steuererhöhungen für Eigenheime: So ist die Lage in der Ostschweiz**

Copyright © St.Galler Tagblatt. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von St.Galler Tagblatt ist nicht gestattet.

nesstau:

**Tatjana Bohl-Hans in stiller Wahl zur Schulrätin gewählt**

Live