

# Eine Generation auf Ritalin

**Vermeehrt greifen Studierende in Prüfungsphasen zu Methylphenidat, um die Leistung zu steigern. Experten warnen vor dem missbräuchlichen Gebrauch.**

Publiziert: 11.01.2026 um 19:09 Uhr

Aktualisiert: 11.01.2026 um 20:06 Uhr

Kommentieren



## DARUM GEHTS



- Während der Prüfungsphase setzen viele Studierende der Schweizer Hochschulen auf Methylphenidat
- Ein missbräuchlicher Konsum könne sich zu einer Abhängigkeit entwickeln, warnen Experten
- Ob Methylphenidat die Noten von Studierenden ohne ADHS tatsächlich verbessert, ist umstritten

Die künstliche Intelligenz von Blick lernt noch und macht vielleicht Fehler.

[Mehr erfahren](#) [Feedback senden](#)



**Jeremy Goy.**

Redaktor

«Ohne Ritalin verspüre ich eine regelrechte Blockade im Kopf.» Marco F.\* (22) ist Student an einer Schweizer Fachhochschule. Das erste Mal kam er im Alter von 18 Jahren mit Ritalin in Berührung. Seither nimmt er das Medikament während jeder Prüfungsphase täglich. Ein Phänomen, das weit über den Einzelfall hinausgeht.

Gerade jetzt, mitten in der Prüfungsphase, greifen viele Studentinnen und Studenten von Schweizer Hochschulen wieder zu Ritalin. Der Grund: Prüfungsstress. Das verschreibungspflichtige Medikament mit dem Wirkstoff Methylphenidat wirkt stimulierend auf das zentrale Nervensystem und wird umgangssprachlich auch als «legales Koks» bezeichnet. In der Schweiz untersteht es dem Betäubungsmittelgesetz.

Einige Studierende setzen es gezielt ein, um Lernblockaden zu überwinden. Der amphetaminähnliche Stoff ist unter den Lernenden vor allem als leistungssteigerndes Mittel bekannt: aufputschend, motivierend, konzentrationsfördernd. Auf den ersten Blick durchaus verlockend.

Woher bekommen Studierende das verschreibungspflichtige Medikament? Es ist nicht selten, dass mit der Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) diagnostizierte Personen, die das Medikament verschrieben bekommen, die Tabletten in den Umlauf bringen. F. sagt, er hole die Tabletten bei Kollegen, die das Medikament aufgrund ihrer Diagnose verordnet bekommen. Die Tabletten bekomme er gratis. Auf dem Schwarzmarkt werde das Medikament aber zu einem massiv überhöhten Preis von bis zu 10 Franken pro Stück gehandelt. Zum Vergleich: Eine Ritalin-Packung mit 200 Tabletten kostet in der Apotheke rund 70 Franken.

### **«Würde ohne schlechter abschliessen»**

In seinem Umfeld hätten rund 50 Prozent der Studierenden mindestens einmal Methylphenidat zur Steigerung ihrer Leistungsfähigkeit genutzt, schätzt F. Mit höherem Bildungsgrad nehme auch der Konsum zu.

Offizielle Zahlen zur Häufigkeit der Missbrauchsfälle in der Schweiz sind nicht bekannt. Klar ist: ADHS-Medikamente werden immer häufiger verschrieben. Gemäss Zahlen des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) steigt die Zahl der Verschreibungen jedes Jahr um 15 bis 18 Prozent. Dies dürfte wiederum zu einem zunehmenden Schwarzhandel des Medikaments führen.

«Mit Ritalin bin ich während des Lernens sehr fokussiert. Wenn ich etwas nicht direkt verstehe, bleibe ich dran, bis ich es verstanden habe», sagt F. Ohne Ritalin überfliege er den Stoff mehr. Er ist sich sicher: «Würde ich eine Lern- und Prüfungsphase ohne Ritalin absolvieren, würde ich deutlich schlechter abschliessen.»

### **Risiken oft unterschätzt**

Während Personen mit ADHS Ritalin einsetzen, um ein normales Leistungsniveau zu erreichen, missbrauchen andere das Medikament gezielt zur Leistungssteigerung. Dabei sind die Nebenwirkungen nicht zu unterschätzen. Boris Quednow ist Professor für experimentelle Pharmakopsychologie und Suchtforschung an der Universität Zürich. Ein missbräuchlicher Konsum von Methylphenidat könne sich zu einer Abhängigkeit entwickeln sowie auch zu psychischen Störungen wie Angst, Depression und Psychosen, warnt er. Auch das Herz-Kreislauf-System würde darunter leiden. Etwa eine von zehn Personen, die Methylphenidat zu nicht-medizinischen Zwecken konsumiere, würde eine Abhängigkeit entwickeln. Das sei vergleichbar mit dem Risiko von Alkohol oder Cannabis, so Quednow.

Sandro S.\* (23) studiert an einer Schweizer Fachhochschule. Auch er konsumiert Ritalin. Ausschlaggebend seien der Leistungsdruck und die vielen Prüfungen gewesen, sagt er. Das Medikament bekomme er wie Marco F. von Personen, die Ritalin ärztlich verschrieben bekommen. Sandro S. ist sich der Risiken bewusst. Bei einem Kollegen habe sich aufgrund des hohen Konsums eine psychische Abhängigkeit entwickelt. «Er ist nun fast nicht mehr in der Lage, ohne Ritalin zu lernen.»

Dennoch stehen auch für ihn die kurzfristig positiven Effekte des Medikaments im Vordergrund. Wenn er Ritalin vor dem Lernen schlucke, habe er einen «Tunnelblick» und lasse sich kaum ablenken. Ohne

Ritalin habe er das Gefühl, schlechter zu funktionieren – nicht auf physischer Ebene, aber auf psychischer. «Ich hatte Tage, da war das Ritalin alle. Da spürte ich schon deutlich den Unterschied.»

## **Studie widerlegt Leistungsboost**

Der Ritalinkonsum sei an seiner Hochschule ein grosses Thema geworden, sagt Sandro S. Doch macht das «Wundermittel» wirklich den Unterschied? Nein, meint Suchtforscher Quednow. «Die positive Wirkung wird von Studierenden meist massiv überschätzt.» Dabei verweist er auf eine neue Studie (<https://link.springer.com/article/10.1007/s00213-025-06864-1>), der niederländischen Universität Maastricht. Darin untersuchten Forschende, ob das ADHS-Medikament die Prüfungsleistung gesunder Studierender verbessert. Das Ergebnis: Methylphenidat verbesserte weder die Noten noch die Zahl der Bestehenden.

Mit der Einnahme des Medikaments fühlen sich zwar viele Studierende wacher und konzentrierter. Das positive Lerngefühl führt jedoch nicht automatisch zu besseren Noten. Prüfungen erfordern komplexes Verstehen, Abrufen von Wissen und Schlussfolgerungen – mit anderen Worten Intelligenz, die durch Methylphenidat nicht ausgebaut wird. Forschende raten daher, das Medikament nicht missbräuchlich zur Leistungssteigerung in Prüfungen zu nehmen, da kein objektiver Vorteil besteht.

Bei Menschen mit ADHS kann Methylphenidat jedoch wichtige Gehirnstoffe erhöhen, die für Aufmerksamkeit, Motivation und Gedächtnis wichtig sind. Bei gesunden Erwachsenen sind diese Stoffe meist schon im Normalbereich – hier bewirkt das Medikament nur geringe oder keine Verbesserungen.

Marco F. verdrängt in Prüfungsphasen wie jetzt Gedanken an mögliche Nebenwirkungen – obwohl er nach eigenen Angaben oft eine Appetitlosigkeit verspüre, abends kaum schlafen könne und teils mit Kopf- und Bauchschmerzen zu kämpfen habe. «Die Prüfungen stehen für mich jetzt im Vordergrund.»

\* Namen geändert