

Informationen zum Thema:

Alkohol: Mythen und Meinungen

Sie glauben, das bisschen Alkohol kann doch nicht schädlich sein?

Falsch !

Richtig: Der Konsum alkoholischer Getränke ist grundsätzlich mit einem erhöhten Risiko für die Entwicklung von akuten und chronischen (psychischen und somatischen) Erkrankungen und sozialen Problemen verbunden. Die risikoarme Schwellendosis im Umgang mit Alkohol liegt für einen Mann bei 24 g Alkohol pro Tag und bei einer Frau bei 12 g Alkohol pro Tag. Diese Grenzwerte gelten für gesunde Menschen ohne zusätzliches genetisches oder erworbenes Risiko. Darüber hinaus sollte diese risikoarme Trinkmenge nicht jeden Tag getrunken werden. Zu Ihrer Information: 12 bzw. 24 g Alkohol entsprechen etwa 0,3 bzw. 0,6 l Bier oder 0,15 bzw. 0,3 l Wein mit einem durchschnittlichen Alkoholgehalt. (Wissenschaftliches Kuratorium der DHS; International Agency for Research on Cancer)

Sie glauben, Tabak hat etwas mit Krebs zu tun, aber doch nicht Alkohol?

Falsch !

Richtig: Alkohol erhöht das Risiko an Krebs zu erkranken. Im Februar 2007 bewerteten Experten im Auftrag der Internationalen Krebsforschungsagentur (IARC) den Einfluss von Alkohol auf das Krebsrisiko neu. Sie kamen zu dem Schluss, dass Alkohol und Krebsrisiko eindeutig verknüpft sind. Die Experten rechneten Alkoholkonsum sogar zu den weltweiten "Top Ten" der Krebsrisikofaktoren. Das wichtigste und giftigste Zwischenprodukt der Verstoffwechslung von Alkohol ist Acetaldehyd, welches in der Forschung als Krebs auslösend (karzinogen) beschrieben wird. Besonders häufig sind durch Alkohol verursachte Tumore im oberen Verdauungstrakt (Speiseröhre, Mundhöhle und Rachenraum), an der Leber und im Dickdarm/Enddarm sowie bei Frauen in der Brust. Über eine chronische Entzündung und Verfettung der Leber kann Alkohol zu einer so genannten Schrumpfleber führen, die wiederum ein hohes Krebsrisiko darstellt: Frauen, die täglich etwa 20 Gramm Alkohol – ca. ein Viertel Wein oder 0,5 l Bier – trinken, haben ein um das sechsfach erhöhte Risiko, an dieser auch als Zirrhose bezeichneten Leberschädigung zu erkranken. Bei Männern liegt die Grenze bei täglich etwa 40 Gramm. In den Industrienationen werden die meisten Leberkrebsfälle durch diese Spätfolge chronischen Alkoholkonsums ausgelöst. Auch das Risiko für Brustkrebs bei Frauen erhöht sich bei Alkoholkonsum in Abhängigkeit von der Dosis in allen Altersgruppen. (Deutsches Krebsforschungszentrum Heidelberg, Krebsinformationsdienst; H.K. Seitz & F. Stickel [2007], Molecular mechanisms of alcohol-mediated carcinogenesis, Nature Reviews Cancer 7, 599-612; P. Anderson & B. Baumberg [2006] Alcohol in Europe)

Sie glauben, striktere Gesetze in Bezug auf Alkohol bringen nichts, - das sieht man doch in Norwegen und Schweden?

Falsch !

Richtig: Norwegen und Schweden sind für eine strikte Alkoholpolitik bekannt. Als Beleg für das Scheitern dieser Politik werden gerne die zahllosen Betrunkenen auf den Fähren zwischen Skandinavien und Deutschland angeführt. Dieses Beispiel ist ungefähr so aussagekräftig, als würde man den Alkoholkonsum in Deutschland anhand des Konsums in und um Bahnhöfen herum oder während eines Volksfestes bewerten. Richtig ist dagegen, dass Norwegen und Schweden in Europa zu den Ländern mit dem niedrigsten Pro-Kopf-Konsum von Alkohol gehören, nämlich 4,4 l und 4,9 l pro Kopf reinen Alkohols gegenüber 10,2 l pro Kopf in Deutschland (Zahl für 2003, DHS). Dies gilt selbst dann, wenn geschmuggelter und illegal gebrannter Schnaps mit einbezogen wird. Auch der Konsum von Spirituosen ist mit 2,9 bzw. 2,5 l pro Kopf (Zahl für 2005, BSI) deutlich niedriger als z. B.

in Deutschland mit 5,7 l pro Kopf (Zahl für 2005, BSI). (P. Anderson & B. Baumberg [2006] Alcohol in Europe; DHS Jahrbuch Sucht 2007, Bundesverband der Deutschen Spirituosen-Industrie und – Importeure e.V. Daten aus der Alkoholwirtschaft 2007)

Sie glauben, der Preis für Alkoholika hat keinen Einfluss auf Ihren Alkoholkonsum?

Falsch !

Richtig: Keine andere alkoholpolitische Maßnahme ist so intensiv beforscht worden wie die Auswirkung von Preisänderungen bei Alkoholika, z.B. durch höhere oder niedrigere Steuern, auf den Alkoholkonsum. Wenn alkoholische Getränke teurer werden, sinkt der durchschnittliche Pro-Kopf Konsum von Alkohol, fällt der Preis steigt der Verbrauch an. Das gilt auch für Deutschland. Einen besonders großen Einfluss haben Preiserhöhungen auf den Alkoholkonsum von Jugendlichen und von starken Trinkern (Chaloupka, Grossmann und Saffer 2002. The effects of price on alcohol consumption and alcohol-related problems. Alcohol Research and Health. 26, 22-24; P. Anderson & B. Baumberg [2006] Alcohol in Europe; Institute of Alcohol Studies, Fact Sheet „Alcohol: Tax, Price and Public Health“).

Sie glauben, in Finnland und Polen wird mehr Alkohol getrunken als in Deutschland?

Falsch !

Richtig: In Finnland und Polen wird weniger Alkohol getrunken als in Deutschland, nämlich 7,9 l reiner Alkohol pro Kopf (Finnland) bzw. 6,7 l (Polen) gegenüber 10,2 l in Deutschland. Dies Verhältnis gilt auch, wenn man geschmuggelten Alkohol und illegal gebrannten Schnaps mitzählt. (Jahrbuch Sucht 2007, DHS; P. Anderson & B. Baumberg [2006], Alcohol in Europe)

Sie glauben, Spanien ist ein Land der Weintrinker?

Falsch !

Richtig: In Spanien wird der konsumierte Alkohol mehr in Form von Bier getrunken als in Form von Wein. Die Trinkgewohnheiten in Nord- und Südeuropa gleichen sich immer mehr an. (Preferences for Alcoholic Drinks in Europe, 2002, WHO Health for All Database)

Sie glauben, Alkohol ist ein Kulturgut?

Falsch !

Richtig: Alkohol und Alkoholkonsum haben nicht generell mit Kultur, aber viel mit Unkultur zu tun. Weinanbau und Alkoholkonsum haben zwar eine lange Tradition in Europa, von „Kultur“ kann man aber nur sprechen, wenn Alkohol in sehr geringen Mengen und zu bestimmten Zeiten und Orten getrunken bzw. gar nicht getrunken würde. Alkoholbedingte Verkehrstote und -verletzte, verprügelte Frauen und Kinder sowie Suizide von Jugendlichen sind die Kehrseiten der Medaille „Kulturgut“, die die Gesellschaft nur ungern wahrhaben möchte:

In Deutschland geschehen jährlich über 50.000 Verkehrsunfälle, bei denen Alkohol im Spiel ist. Bei über 22.000 davon kommt es zu Personenschäden. Im Jahr 2005 starben bei diesen Unfällen 603 Menschen und 27.833 wurden verletzt. Alkoholunfälle mit Personenschaden haben eine überdurchschnittliche Schwere: während bei allen Unfällen mit Personenschaden im Jahr 2005 auf 1.000 Unfälle 16 Getötete und 229 Schwerverletzte kamen, so waren es bei den Alkoholunfällen mit Personenschaden 27 Getötete und 364 Schwerverletzte je 1.000 Unfälle (Statistisches Bundesamt [2006]. Verkehr – Alkoholunfälle im Straßenverkehr).

Alkohol kommt auch Bedeutung zu im Rahmen von interpersoneller Gewalt. Es besteht eine starke Verknüpfung zwischen Alkoholkonsum und dem individuellen Risiko Gewalttäter oder Gewaltopfer zu werden. Auf diese Verbindung machte die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schon 2002 mit ihrem Weltbericht über Gewalt und Gesundheit aufmerksam.

Bei häuslicher Gewalt sind die Täter überwiegend männlich und die Opfer weiblich. Kinder und Jugendliche sind von Gewalt im familiären Bereich ebenfalls betroffen, direkt oder indirekt, wenn sie Gewaltszenen miterleben. Alkoholkonsum ist nicht so sehr der Grund für Gewalttätigkeit, sondern wirkt eher als Auslöser für oder „Beschleuniger“ von Gewalt. Alkoholkonsum und Gewaltausübung wirken gegenseitig als Katalysator: Um die Gewalt des Partners besser ertragen zu können, beginnen einige Frauen selbst zu trinken und werden so wiederum leichter Zielscheibe für Gewalt.

Fast jede dritte Gewalttat in Deutschland wird unter Alkoholeinfluss begangen. Alkoholkonsum wirkt direkt auf die körperlichen und geistigen Funktionen des Menschen. Aufgrund reduzierter Selbstkontrolle reagieren Alkoholtrinkende in Konfrontationen eher gewalttätig als Menschen, die keinen Alkohol getrunken haben. Die verminderte Fähigkeit, Informationen zu verarbeiten, führt bei Alkoholtrinkenden dazu, Warnsignale für potenzielle Gewaltsituationen nicht wahrzunehmen und lässt sie ein leichteres Ziel für Täter werden. (WHO [2002]. World Report on Violence and Health; BMFSF[2004]. Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen; Polizeiliche Kriminalstatistik, Berichtsjahr 2004)

Zwischen Alkoholkonsum und Suizid bzw. Suizidversuchen besteht ein enger Zusammenhang. Vor allem bei starken Trinkern und bei jugendlichen Alkoholkonsumenten ist das Risiko für suizidales Verhalten erhöht, besonders wenn sie unter psychischen Problemen wie Depressionen leiden. Annähernd 7% der Menschen mit einer Alkoholabhängigkeit sterben durch Suizid. Die Selbstmordraten steigen mit erhöhtem Pro-Kopf-Konsum und sind tendenziell dort höher, wo die Trinkkultur durch risikoreiche Trinkmuster im Zusammenhang mit interpersoneller Gewalt charakterisiert ist (Interpersonal Violence and Alcohol Policy, WHO Fact Sheet; A. Fleischmann et al. Completed Suicide and Psychiatric Diagnoses in Young People: A Critical Examination of the Evidence. American Journal of Orthopsychiatry, 2005, Vol. 75, No. 4, 676–683)