

09.04.2002 - 08:00 Uhr

Alkoholkonsum und allgemeine Sterblichkeit: Elixier des ewigen Lebens nicht gefunden

Lausanne (ots) -

Ein ausgesprochen moderater Alkoholkonsum senkt das Sterberisiko für bestimmte Herzkrankheiten. Diese beim Zuprosten immer wieder gerne hervorgehobene Tatsache mag stimmen, gilt aber nur unter ganz bestimmten Bedingungen und ist vor allem nur für ältere Menschen relevant. Bei jüngeren Menschen konnte hinsichtlich der Gesamtsterblichkeit in einer Studie der SFA kein schützender Effekt noch so moderaten Alkoholkonsums nachgewiesen werden. Die Botschaften der Prävention hinsichtlich des moderaten Alkoholtrinkens müssen als unbedingt zielgruppenspezifisch ausgerichtet sein.

Die Auffassung, dass Alkoholkonsum gesund sei und ein langes Leben beschere, ist weitverbreitet. Oft wird das Glas gehoben und damit auf die Herz-Gesundheit angestossen, wobei ein paar wichtige "Details" vergessen werden: Nur ganz moderater Alkoholkonsum wirkt schützend, und das gilt auch nur für bestimmte Herzkrankheiten, die erst im höheren Alter relevant werden. Ansonsten darf man davon ausgehen: Je mehr Alkoholisches gekippt wird, desto höher fällt die Sterblichkeit aus, besonders bei jüngeren Menschen. Das jedenfalls zeigt eine Studie der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme in Lausanne, die in Zusammenarbeit mit dem Institut für Suchtforschung in Zürich durchgeführt wurde. Die Daten von 59 Studien wurden in einen Pool gegeben, um genauer zu untersuchen, wie viel Alkohol das Leben verlängert oder verkürzt.

Trinke ein wenig und lebe länger: alles relativ!

Eindeutig zeigte sich in der Untersuchung, dass der Gewinn an Lebensjahren durch Alkoholkonsum nur in den Altersgruppen der über 45-Jährigen besteht. Verantwortlich dafür ist hauptsächlich der bekannte Schutzeffekt des moderaten Alkoholtrinkens hinsichtlich der Herzkrankheiten. Doch aufgepasst: Der beste Schutz wird bereits bei täglichen Trinkmengen von weniger als einem Glas Alkoholischem für Frauen und weniger als zwei Glas pro Tag bei Männern erreicht.

Wer unter 45 Jahre alt ist, senkt sein Sterberisiko durch noch so moderaten Alkoholkonsum keineswegs. Je mehr getrunken wird, und das auch schon bei geringen täglichen Mengen, desto höher ist die Chance, vorzeitig zu sterben. Die hauptsächlichlichen Ursachen dafür sind kein Geheimnis: alkoholbedingte Unfälle, Gewalttaten und Suizide. Betrachtet man diese Ergebnisse unter dem Gesichtspunkt der Prävention, so tauchen nach Ansicht des SFA-Direktors Richard Müller schwerwiegende ethische Probleme auf: "Man kann das Herztod-Risiko durch den allgemeinen Rat zu einem ausgesprochen moderaten Alkoholkonsum an die Bevölkerung senken wollen. Aber würden jüngere Menschen das wörtlich nehmen, dann erhöhten sie damit nach unseren Ergebnissen ihr allgemeines Sterberisiko. Wir müssen unsere Präventionsbotschaften also unbedingt an bestimmte Zielgruppen richten."

Quelle:

Rehm J., Gutjahr E., Gmel, G.:
Alcohol and All-Cause Mortality: a Pooled Analysis.
Contemporary Drug Problems 28/Fall 2001: 337-361

Kontakt:

SFA Lausanne
Gerhard Gmel
Tel. +41/21/321'29'59

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100016051> abgerufen werden.