



Zu hoher oder regelmäßiger Alkoholkonsum ist eines der gravierendsten vermeidbaren Gesundheitsrisiken in Deutschland. Ein Umdenken ist erforderlich.

Foto: Jochen Rolfes

Alkohol – die unterschätzte Gefahr

Der Konsum von Alkohol ist in unserer Gesellschaft meist positiv besetzt. Viele verbinden mit ihm die Bierdusche bei der Meisterschaftsfeier, den Sektempfang oder das verdiente Feierabendbier. Als eindeutig problematisch werden in Deutschland nur extremer Missbrauch wie Komatrinken oder die Alkoholabhängigkeit angesehen. Doch ist der Übergang vom Genusskonsum zu problematischem Konsum bis hin zur Abhängigkeit fließend.

Erkrankungen aufgrund eines zu hohen oder regelmäßigen Alkoholkonsums sind eines der gravierendsten vermeidbaren Gesundheitsrisiken in Deutschland. Deshalb hat der Gesetzgeber eine Verringerung des Konsums als wichtiges Gesundheitsziel im Präventionsgesetz festgeschrieben. Das Problembewusstsein in der Bevölkerung für die Risiken auch eines geringen Alkoholkonsums soll geschärft und ein risikoarmer Umgang mit Alkohol gefördert werden.

Der Konsum von alkoholischen Getränken ist grundsätzlich mit einem erhöhten Risiko für die Entwicklung von akuten und chronischen Erkrankungen sowie sozialen Problemen verbunden, so das wissenschaftliche Kuratorium der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS).

Die DHS empfiehlt daher, dass gesunde Männer maximal 20 bis 24 Gramm Alkohol pro Tag und gesunde Frauen nicht mehr als 10 bis 12 Gramm zu sich nehmen sollten. Das entspricht bei Männern einem halben Liter Bier oder einem Viertelliter Wein pro Tag. Für Frauen liegt die Grenze bei einem Viertelliter Bier oder einem Achtelliter Wein. Legt man dies zugrunde, trinkt aktuell in Deutschland jeder siebte Erwachsene mehr als empfohlen. Knapp 1,8 Millionen Menschen gelten gar als alkoholabhängig.

Das gesellschaftliche Stigma ist ein wesentlicher Grund dafür, warum solche Menschen oft erst nach vielen Jahren der Abhängigkeit ärztliche Hilfe suchen – häufig leider erst in einem Stadium, in dem somatische, psychische und soziale Krisen nicht mehr zu verleugnen sind.

Um die Betreuungsquote von Personen mit alkoholbezogenen Störungen zu verbessern, müssen die mit dem Alkoholkonsum verbundenen Gefahren deutlicher thematisiert, Menschen mit Alkoholproblemen früher angesprochen und nach aktuellen wissenschaftlichen Standards behandelt werden.

Als Ärztinnen und Ärzte können wir einen wesentlichen Beitrag zur frühzeitigen Erkennung und Behandlung alkoholbedingter Erkrankungen erfüllen, indem wir das Thema in Praxis und Klinik regelmäßig ansprechen. Das Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Patient, gerade von Hausärzten und Frauenärzten zu ihren Patientinnen und Patienten, bietet eine gute Basis für Beratungsgespräche, die zu einem risikoarmen Konsum motivieren. Diese haben gerade in einem frühen Stadium riskanten Konsums gute Erfolgsaussichten.

Deshalb bietet unsere Ärztekammer Nordrhein Fortbildungen an, in denen Kolleginnen und Kollegen Methoden trainieren können, damit Früherkennung und Behandlung alkoholbezogener Störungen besser gelingen. Außerdem hat die Kammer Informationsflyer für das Wartezimmer erstellt, um Gesprächsanlässe in der Praxis anzubahnen.

Wir brauchen in unserer Gesellschaft einen kritischeren Umgang mit dem Thema Alkohol, wir brauchen mehr Verständnis für Menschen, die Alkoholprobleme haben – und wir als Ärztinnen und Ärzte sollten früher intervenieren, zum Schutz der Betroffenen und deren Angehörigen.

Rudolf Henke
Präsident der Ärztekammer Nordrhein