

Wirkung von Resveratrol 50- bis 100-mal mehr an Rotwein trinken müsste.

**MMW:** Haben Sie den Eindruck, dass die Zusammenhänge zwischen Alkohol und z. B. Bluthochdruck in der Patientenberatung ausreichend zur Sprache kommen?

### „Weniger Alkohol ist mehr, kein Alkohol ist am besten“

**Maisch:** In meiner Praxis ist das natürlich ein Thema. Aber es kommt schon vor, dass ein Patient sagt: Vor fünf Jahren hat mir der Professor erzählt, ein Gläschen Wein am Abend sei gesund, und jetzt soll es nur noch eines in der Woche sein. Ich glaube, die Praxis ist noch in nicht ausreichendem Maße von dieser neuen Erkenntnis durchdrungen. Anders als die amerikanischen Fachgesellschaften hat die European Society for Cardiology das noch nicht thematisiert.

Das Prinzip Nummer eins ist: Weniger an Alkohol ist mehr und kein Alkohol ist am besten. Natürlich ist Alkohol ein Genussmittel und ich will ihn nicht verbieten, aber es kommt darauf an, das richtige Maß zu erwischen. Und die Messkelle an der Stelle ist einfach eine andere ge-

worden: Der erlaubte Alkoholkonsum ist nicht mehr zwei Gläschen Wein für Männer oder ein Gläschen für Frauen pro Tag, sondern pro Woche. Ich glaube, das ist das Wichtigste, was wir in die Köpfe unserer Patienten hineinbringen müssen. Auch ich habe früher gerne mal einen Rotwein getrunken, trinke aber seit diesen neuen Erkenntnissen nur ein halbes Gläschen oder ein Gläschen Rotwein am Wochenende.

**MMW:** Können auch mit einem zeitlich beschränkten Alkoholverzicht, etwa während der Fastenzeit, positive kardiovaskuläre Effekte erzielt werden?

**Maisch:** Weniger Alkohol ist immer besser als mehr Alkohol. Und eine Auszeit ist auf jeden Fall ein sehr guter Anfang. Man könnte sich natürlich wünschen, dass die Auszeit etwas länger als die Fastenzeit geht. Da haben die Patienten sich ja schon bewiesen, dass sie trotz des Suchtpotenzials von Alkohol dazu in der Lage sind. Das nötigt einem als Arzt immer Respekt ab. Ermahnungen der Ärzte sind an der Stelle leider häufig in den Wind geschrieben. ■

*Das Interview führte Dr. Beate Schumacher*

## Alkoholsucht in Zahlen

Die jüngsten Hochrechnungen aus Abrechnungsdaten des Barmer Instituts für Gesundheitssystemforschung (bifg) zur Diagnose „alkoholabhängig“ zeigen einen bundesweiten Anstieg von rund 4% bei Männern und gut 2% bei Frauen im Vergleich zu 2017. Allerdings ist zu beachten, dass die Daten nicht zeigen, ob eine entsprechende Diagnose von Ärzten heute eventuell eher gestellt wird als in früheren Jahren. Rückschlüsse auf die Zahl der Alkoholabhängigen insgesamt – also auch ohne eine ärztliche Diagnose – lassen sich also nur bedingt ziehen. Anteilsmäßig am meisten betroffen waren der Studie zufolge im Jahr 2022 Menschen in Mecklenburg-Vorpommern mit 2,35% der Bevölkerung, gefolgt von Bremen (2,28%), Berlin (2,14%) und Sachsen (2,13%). Nach Süden hin nehmen die An-

teile ab. Die wenigsten Alkoholabhängigkeitsdiagnosen gab es in Hessen mit 1,51%, in Baden-Württemberg (1,50%) und in Rheinland-Pfalz (1,45%).

Laut Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung tranken zuletzt etwa 1,4 Millionen Menschen im Alter von 18 bis 64 Jahren missbräuchlich viel Alkohol, etwa 1,6 Millionen gelten als alkoholabhängig. Jährlich werden ca. 20.000 Todesfälle bundesweit auf hohen Alkoholkonsum zurückgeführt.

Mit Alkoholsucht ambulant oder stationär behandelt werden nach den Barmer-Daten vor allem Menschen in der zweiten Lebenshälfte. So sei unter den 55- bis 64-Jährigen bei rund 303.000 Männern und bei rund 116 000 Frauen eine Alkoholsucht diagnostiziert worden. *khp* ■

**Quelle:** Barmer, Pressemeldung 22.01.2024; <https://go.sn.pub/BtCldV>

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.