

05.06.2007

## Risikofaktor Alkohol: Zwei Flaschen Bier sind zu viel

**Suchtexperten schätzen das Gesundheitsrisiko durch Alkohol höher als die Weltgesundheitsorganisation ein: Mehr als ein halber Liter Bier am Tag kann demnach gravierende Folgen haben.**



Foto: dpa

Schon geringe Mengen Alkohol können bei regelmäßigem Genuss schaden. Bei Männern liege die "risikoarme Schwellendosis" bei 20 bis 24 Gramm reinen Alkohols pro Tag, das entspreche etwa einem halben Liter Bier oder einem Viertel Wein, erläuterte die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) am Dienstag in München.

Bei Frauen sei es die Hälfte, also ein achtel Liter Wein oder ein viertel Liter Bier. Diese bereits vor vier Jahren genannten Werte seien nun in weiteren Langzeitstudien belegt worden. Die Weltgesundheitsorganisation WHO ging bisher bei mehr als 20 Gramm bei Frauen und mehr als 30 Gramm bei Männern von einem Missbrauch aus.

Auch bei der geringeren Alkoholdosis sollte zwei alkoholfreie Tage pro Woche sowie mehrere Wochen im Jahr eingehalten werden, sagte der Vorsitzende des Wissenschaftlichen Kuratoriums der DHS, Karl Mann. Alkohol spiele eine wesentliche Rolle nicht nur bei Leberschäden, sondern auch bei Krebs und psychische Erkrankungen wie Depressionen.

Besonders gefährdet sind Frauen bei Brustkrebs. Schon ganz geringe Mengen könnten zu einem erhöhten Risiko beitragen, sagte DHS- Geschäftsführer Rolf Hüllinghorst. Nach einer 2006 im Fachmagazin *International Journal of Cancer* veröffentlichten Studie gehen 3,6 Prozent aller Krebsfälle weltweit auf Alkohol zurück. Unter Frauen mache Brustkrebs 60 Prozent aller alkoholbedingten Krebsfälle aus.

Eine gesundheitsfördernde Wirkung von Alkohol gebe es nur in einem ganz eng umgrenzten Rahmen, sagte der DHS-Vorsitzende Prof. Jobst Böning. Bei älteren Männern mit Herzinfarkt- oder Hirnschlagrisiko könnten geringe Mengen Alkohol die Risiken reduzieren. Diese Wirkung schlage aber schon bei einem geringfügig erhöhten Konsum in sein Gegenteil um. "Der Effekt wird maßlos überschätzt."

Die DHS-Experten sprachen sich für ein Verbot von Alkoholwerbung in Deutschland aus. Der Alkoholkonsum liege mit zehn Litern pro Kopf und Jahr über dem europäischen Schnitt von acht Litern. "Es gibt gute Belege dafür, dass die Werbung tatsächlich den Konsum hochfährt", sagte Mann.

Alkoholwerbung ziele derzeit vor allem auf Frauen, da bei diesen eher noch Potenzial zur Steigerung des Verbrauchs gebe als bei Männern. In Frankreich hätten auch Warnhinweise auf den Getränken sowie verstärkte Alkoholkontrollen zu einer drastischen Abnahme des Konsums geführt. "Wenn man die Kontrollen ver Hundertfachen würde, hätte man einen enormen Effekt."

(dpa)