

# Alkoholatlas Deutschland 2022



Dr. Irina Treede – DKFZ Heidelberg, Stabstelle Krebsprävention

# Ein Alkoholatlas – was ist das eigentlich?

- Zusammenfassung aktueller Daten zum Alkoholkonsum und den gesundheitlichen und gesellschaftlichen Folgen in einem Gesamtwerk
- leicht verständliche Informationen mit vielen Abbildungen, um möglichst viele Menschen zu „erreichen“

## **Ziele:**


- Bewusstsein für alkoholbedingte Gesundheitsgefahren in der Gesellschaft zu schärfen
- Appell an die Politik, geeignete Maßnahmen zur Alkohol- und Krebsprävention umzusetzen

# Warum ist ein Alkoholatlas wichtig?

## **Alkohol ist ein vermeidbarer Krebsrisikofaktor!**

- Alkohol schädigt – in größeren Mengen konsumiert – viele Organe
- Risikofaktor für die häufigsten Todesursachen

(z. B. Herz-Kreislauferkrankungen, Typ-2-Diabetes)

 Jedes Jahr erkranken in Deutschland **über 20.000 Menschen** infolge ihres Alkoholkonsums an Krebs !

# Alkohol – großes Angebot, überall verfügbar

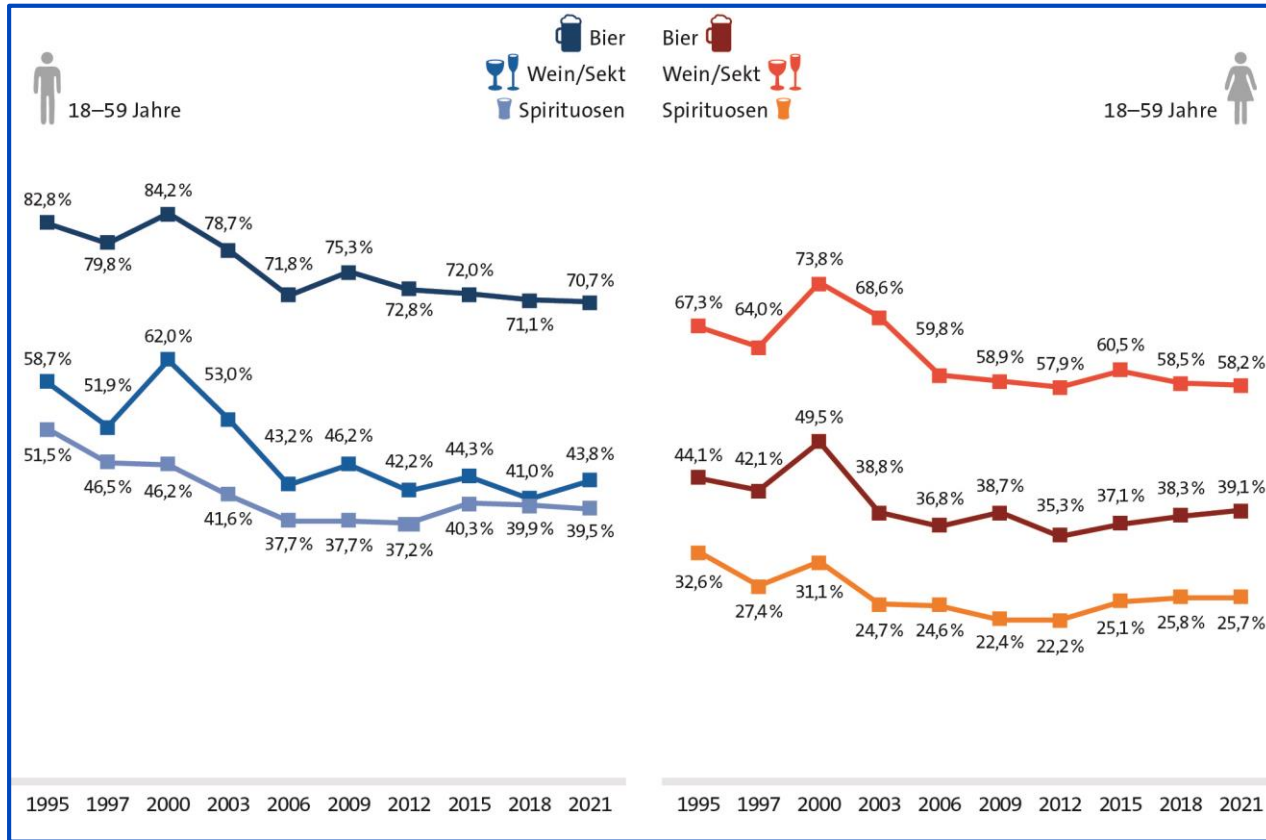


# Unterschätzter Risikofaktor Alkohol

- Alkohol ist eine weit verbreitete **legale Droge**, von der ca. 1,6 Millionen der 18 bis 24-Jährigen in Deutschland abhängig sind
- **schon geringer Alkoholkonsum** kann – neben vielen anderen Folgeschäden – **Krebs auslösen**



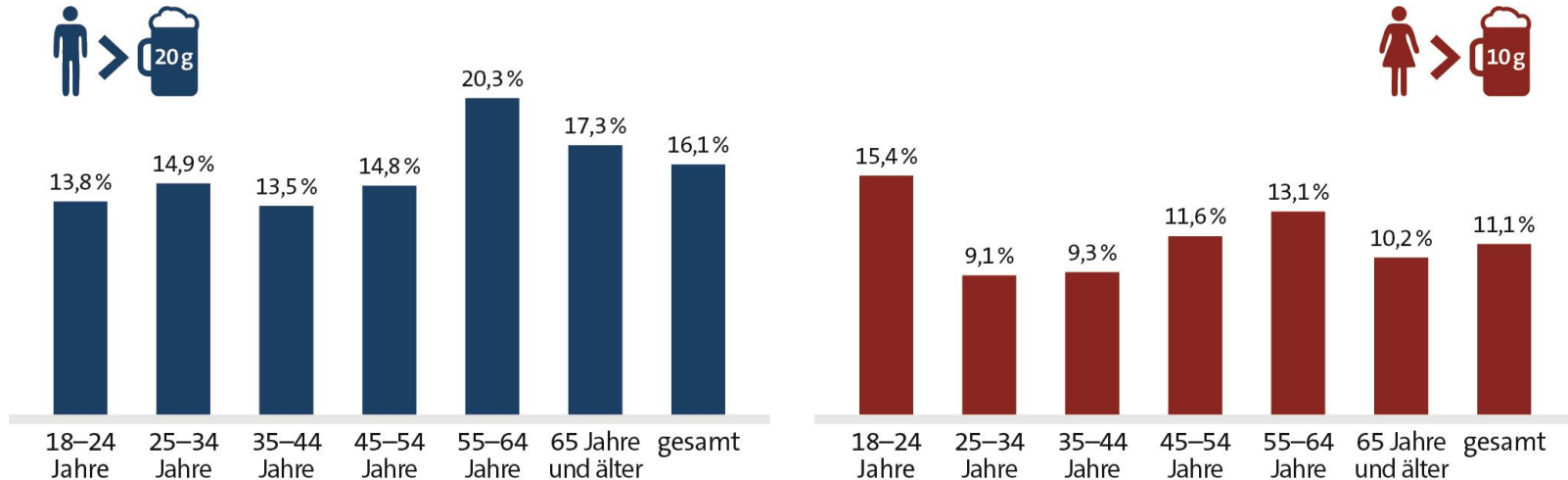
# Alkoholkonsum bei Erwachsenen: Wer trinkt was in welchem Maße?



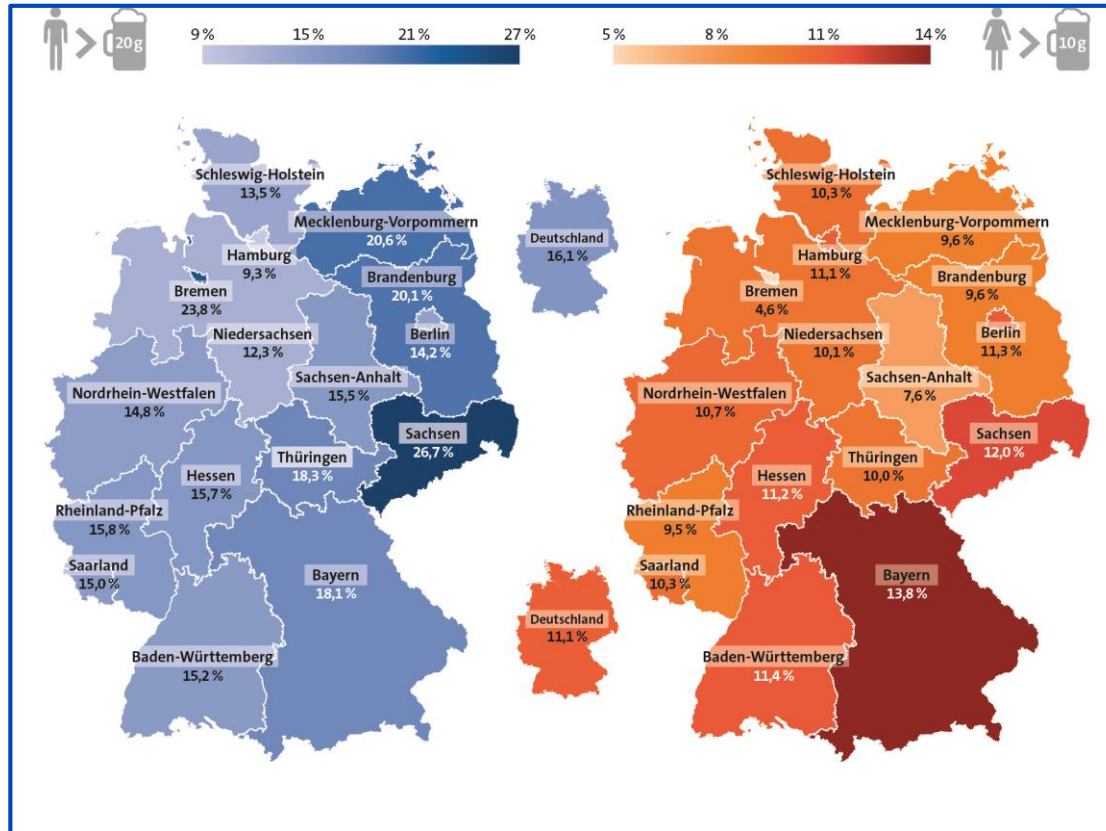
# Riskanter Alkoholkonsum – Erwachsene

- **16 Prozent der erwachsenen Männer und 11 Prozent der erwachsenen Frauen konsumieren wöchentlich riskante Mengen Alkohol**

(d. h. > **20 g** Reinalkohol/Tag für Männer und > **10 g** Reinalkohol/Tag für Frauen)



# Riskanter Alkoholkonsum – regionale Unterschiede

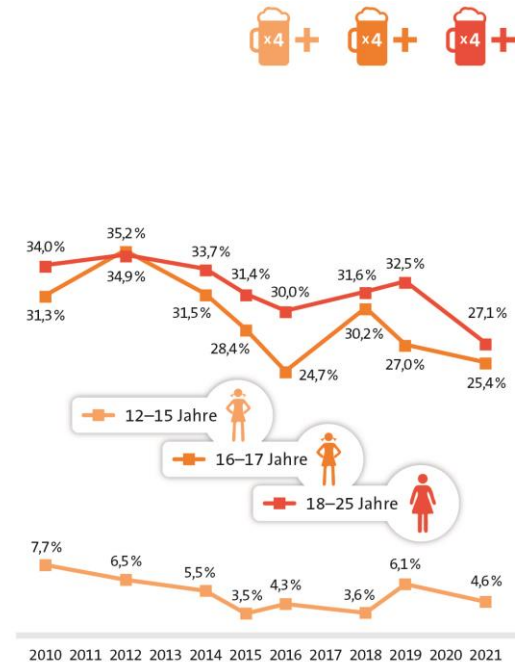
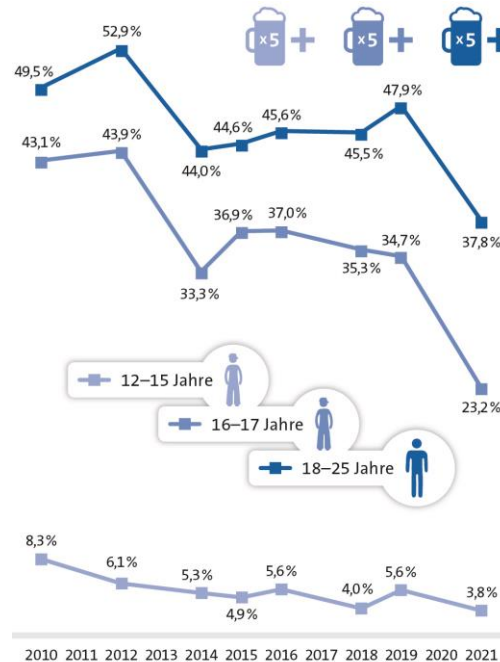




# Alkoholkonsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen – Rauschtrinken

- Rauschtrinken ist unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen rückläufig, aber noch weit verbreitet
- das jugendliche Gehirn reagiert besonders empfindlich auf Alkohol

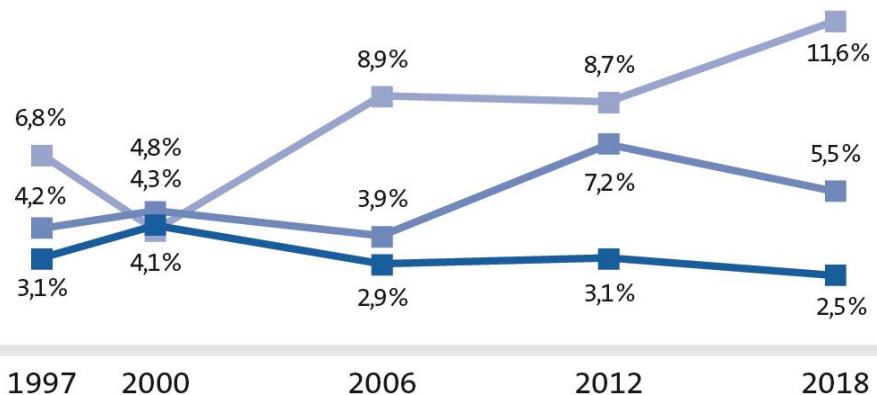
## ➔ Schädigungen im Gehirn



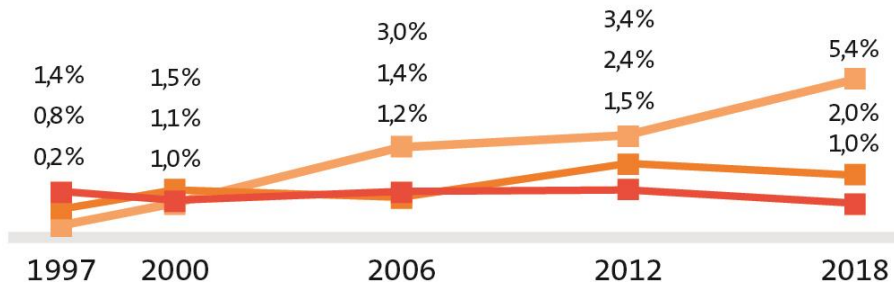
# Alkoholabhängigkeit



18-59 Jahre:  
**4,8 %**



18-59 Jahre:  
**1,9 %**

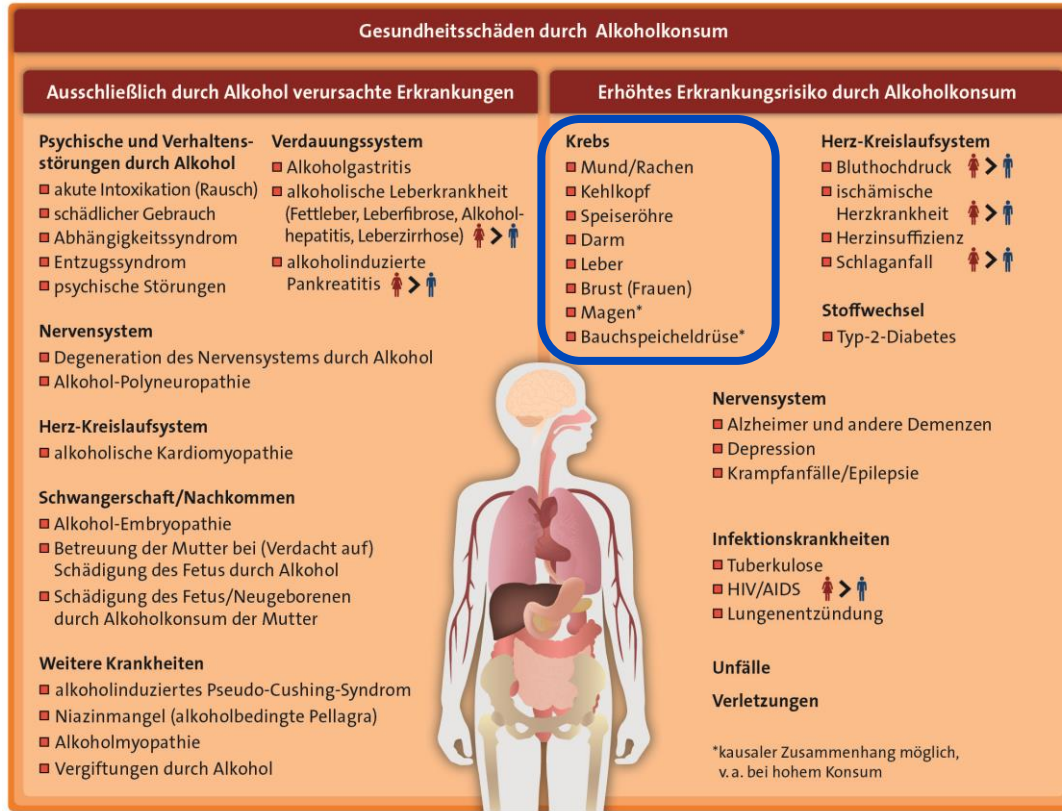


# Riskanter Alkoholkonsum und sozialer Status

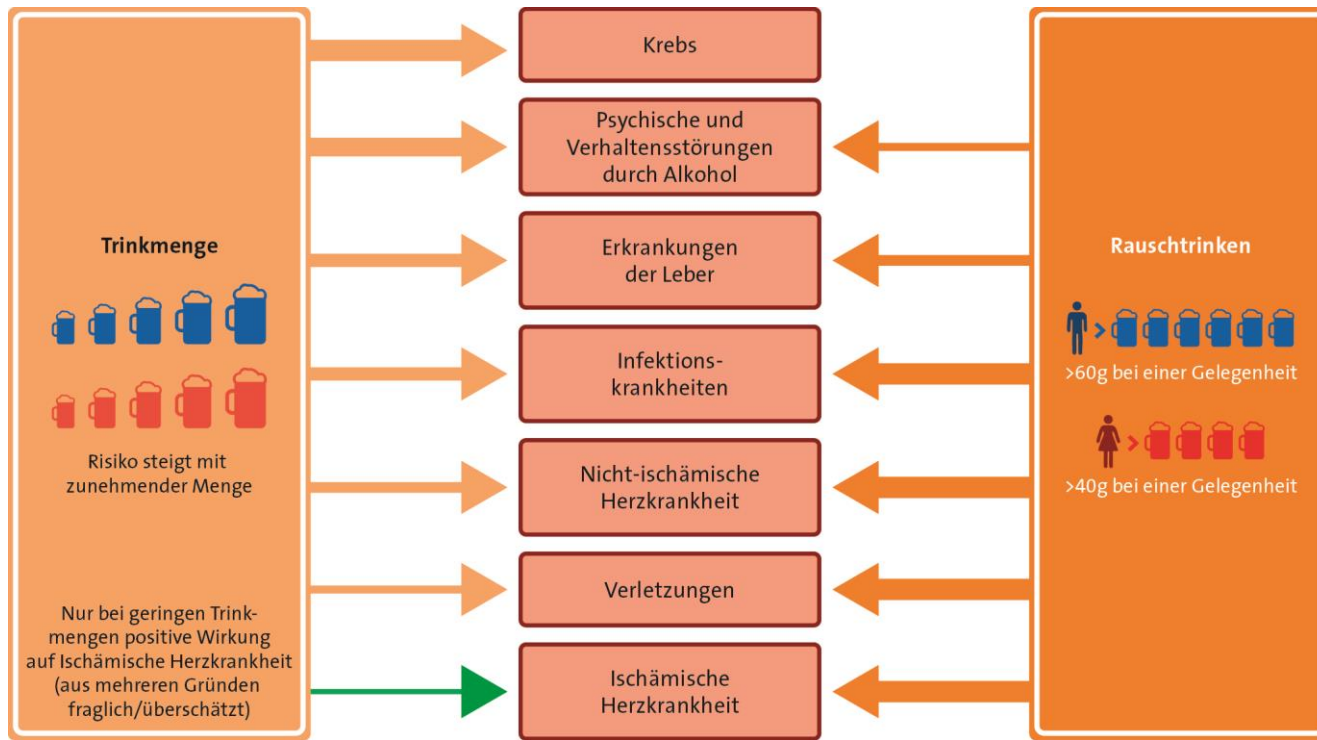
- Erwachsene mit **höherem Bildungsstand trinken häufiger und mehr Alkohol**
- **62 Prozent der hochgebildeten Männer** und **42 Prozent der hochgebildeten Frauen** trinken mindestens einmal pro Woche riskante Mengen Alkohol



# Gesundheitliche Folgen des Alkoholkonsums



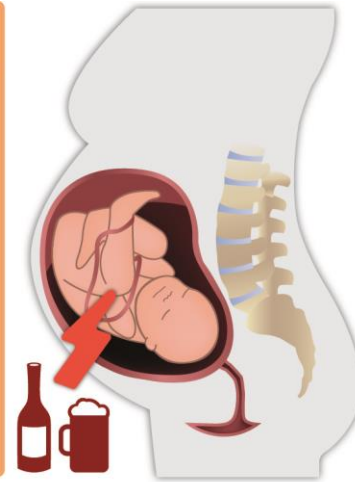
# Einfluss von Trinkmenge und Rauschtrinken auf das Risiko für verschiedene Krankheiten und Verletzungen



# Auswirkungen des Alkoholkonsums während der Schwangerschaft

- Alkoholkonsum einer werdenden Mutter führt zu schwerwiegenden bleibenden Schäden beim Kind
- jegliche Menge Alkohol schadet – in jeder Schwangerschaftsphase

<b>Wachstumsstörungen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>■ geringes Geburtsgewicht</li><li>■ Untergewicht</li><li>■ verzögertes Wachstum</li><li>■ verringertes Unterhautfett</li></ul>	<b>Schädigungen des zentralen Nervensystems</b> <ul style="list-style-type: none"><li>■ Intelligenzminderung</li><li>■ mentale Störungen</li><li>■ psychische Störungen</li><li>■ Verhaltensstörungen<ul style="list-style-type: none"><li>• Hyperaktivität</li><li>• Impulsivität</li><li>• verstärkte Ablenkbarkeit</li><li>• riskantes Verhalten</li><li>• Unselbständigkeit</li><li>• soziale Reifestörungen</li></ul></li><li>■ Epilepsie</li><li>■ reduziertes Schmerzempfinden</li></ul>
<b>Fehlbildungen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>■ Fehlbildungen des Gesichts</li><li>■ Fehlbildungen der Augen</li><li>■ Fehlbildungen der äußeren Genitalien</li><li>■ Fehlbildungen der Extremitäten und des Skeletts</li><li>■ Fehlbildungen der Niere</li><li>■ Herzfehler</li></ul>	



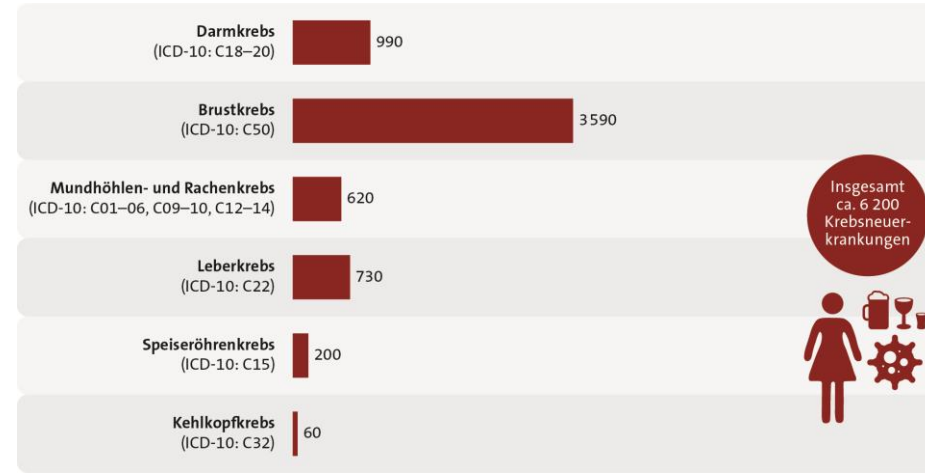
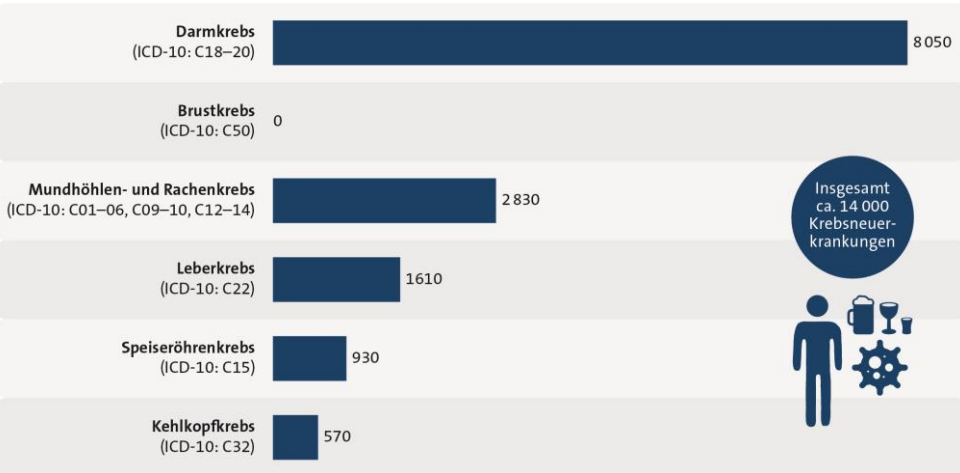
**➔ für Schwangere gilt: Kein Alkohol!**

# Was hat Alkohol mit Krebs zu tun?

- Alkohol und sein giftiges Abbauprodukt Acetaldehyd verursachen in den Zellen oxidativen Stress, fördern entzündliche Prozesse und können zu DNA-Schäden führen

➔ Krebsrisiko steigt mit zunehmender Menge und Häufigkeit des Alkoholkonsums

➔ Alkoholkonsum führt in Deutschland **jedes Jahr zu über 20.000 Krebsneuerkrankungen**



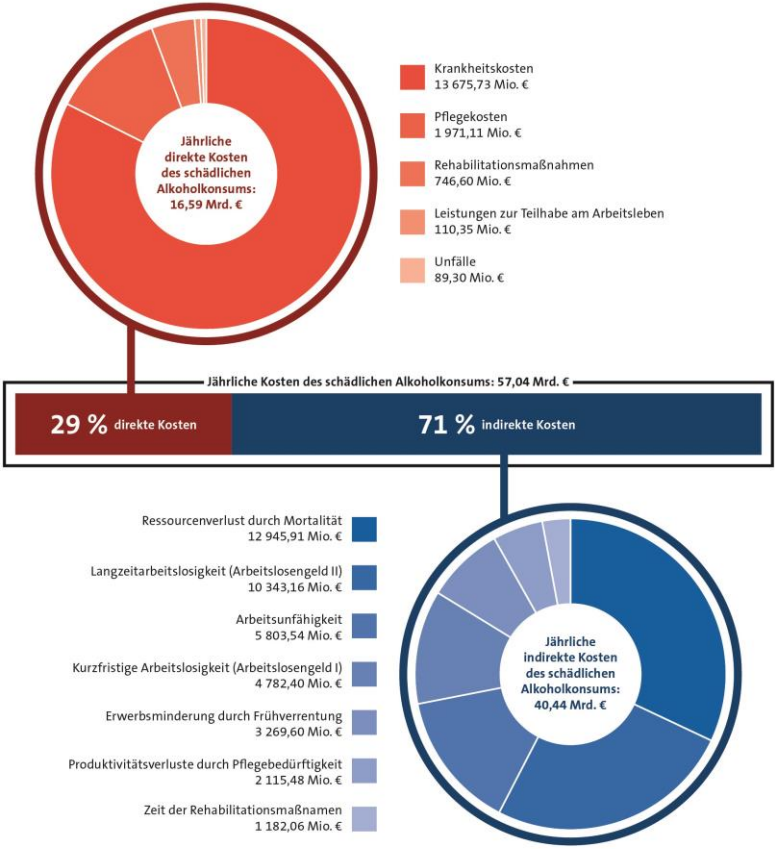
# Synergistischer Effekt von Rauchen und Alkoholkonsum

## Beispiel: Kehlkopfkrebs

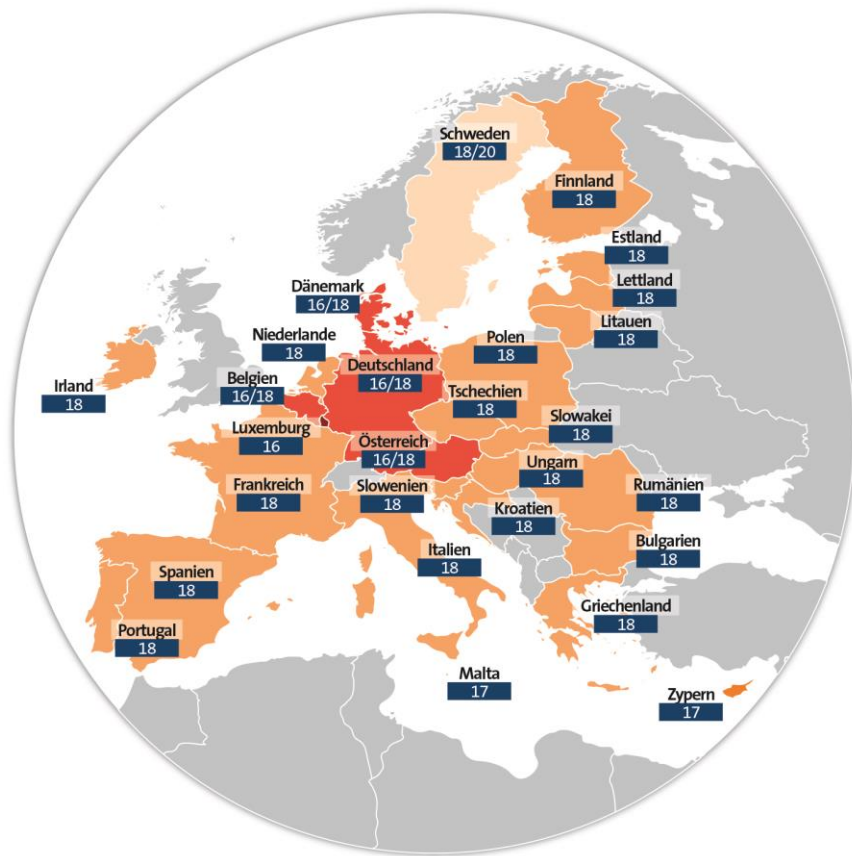




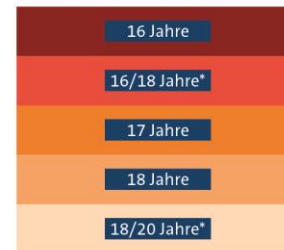
# Schädlicher Alkoholkonsum verursacht immense Kosten: 57 Milliarden Euro/Jahr



# Mindestalter für den Kauf alkoholischer Getränke in der Europäischen Union



Mindestalter für den Kauf alkoholischer Getränke



\*abhängig von der Art des alkoholischen Getränks/ vom Alkoholgehalt

# Alkoholprävention international: WHO-Empfehlungen zur Reduzierung der durch Alkohol bedingten Schäden („The SAFER Technical Package“, 2019)

<b>S</b> trengthen	<b>Verschärfung</b> von Beschränkungen der Verfügbarkeit von Alkohol	18+ 	<ul style="list-style-type: none"><li>■ lizenzierter Verkauf</li><li>■ geringere Dichte der Verkaufsstellen</li><li>■ reduzierte Verkaufszeiten</li><li>■ Mindestalter</li></ul>
<b>A</b> dvance	<b>Verbesserung</b> und Umsetzung von Maßnahmen gegen Alkohol am Steuer		<ul style="list-style-type: none"><li>■ max. Blutalkoholkonzentration im Verkehr</li><li>■ Kontrollen, Strafen</li><li>■ massenmediale Kampagnen</li></ul>
<b>F</b> acilitate	<b>Erleichterung</b> des Zugangs zu Screening, Kurzinterventionen und Behandlung		<ul style="list-style-type: none"><li>■ verbessertes Angebot von Prävention, Behandlung und Nachsorge</li><li>■ Unterstützung Angehöriger</li><li>■ Frühintervention bei Schwangeren</li></ul>
<b>E</b> nforce	<b>Umsetzung</b> von Verboten/umfassenden Beschränkungen von Alkoholwerbung, -sponsoring und -promotion		<ul style="list-style-type: none"><li>■ Werbeverbote</li><li>■ Kontrollstrukturen</li></ul>
<b>R</b> aise	<b>Erhöhung</b> der Alkoholpreise durch Verbrauchssteuern und Preispolitik		<ul style="list-style-type: none"><li>■ Steuererhöhungen und Anpassung an Inflation</li><li>■ Verbot von Sonderangeboten, Preisnachlässen etc.</li><li>■ Minimumpreise</li><li>■ Preisvorteile für alkoholfreie Getränke</li></ul>

# Alkoholprävention in Deutschland – dringender Handlungsbedarf

**International empfohlene Maßnahmen, um den Alkoholkonsum zu senken:**

- ➔ Steuererhöhungen
- ➔ Einschränkungen von Werbung
- ➔ Erhöhung des Abgabealters auf 18 Jahre

**Berechnungen zeigen, dass durch eine Preissteigerung von Alkohol alle fünf Jahre um 25 Prozent in den nächsten 30 Jahren allein 143. 000 Krebsfälle verhindert würden!**

## Beitrag zur Veröffentlichung des Alkoholatlas Deutschland 2022 (taz vom 16.9.2022)

„Da ist nun Sitzen schon das neue Rauchen und Zucker das neue Sitzen. Man sollte Joggen, Yoga und Pilates machen, kein Fleisch mehr essen, Kuchen meiden, Intervallfasten, 10.000 Schritte gehen und mindestens zwei Liter Wasser am Tag in sich hineinschütten.

Und wenn Sie sich dann noch ganz doll anstrengen und 15 bis 35 Jahre komplett nüchtern bleiben, senken Sie Ihr Krebsrisiko auf das einer Person, die nie einen Tropfen Alkohol zu sich genommen hat. Kann man machen, wenn man 100 werden will. Ach, Scheiß doch auf die ganze Selbstoptimierung, da könnte ich auch gleich aufhören zu atmen. Prost!“

**Vielen Dank!**