

INFORMIEREN. AGIEREN. VORBEUGEN.



[Video: Elektrofahrrad - aber sicher! >](#)
[< Video: Streitschlichtung in Schulen](#)

Alkoholkonsum und seine Folgen

Entwicklung, Trends und Konsequenzen



Alkohol ist weltweit die fünfthäufigste Todesursache und tötet mehr Menschen als HIV, Gewalt und Tuberkulose zusammen

© CC-Verlag

Alkohol ist ein sehr beliebtes Genussmittel. Ob Bier, Wein, Schnaps oder Cocktails: Weltweit trinken viele Menschen regelmäßig und gerne mal das ein oder andere Glas. Europa ist nach dem aktuellsten [Alkoholreport](#) der Weltgesundheitsorganisation WHO die Region, in der am meisten Alkohol konsumiert wird. Das hat neben zahlreichen Gesundheitsrisiken auch viele Todesfälle zur Folge. Laut einem [Gesundheitsbericht](#) der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) ist Alkohol weltweit die fünfthäufigste Todesursache.

Häufigkeit und Verbreitung

Weltweit trinkt ein Mensch durchschnittlich 6,2 Liter reinen Alkohol pro Jahr. Das entspricht mehr als 50 Flaschen Wein oder 100 Flaschen Bier. Die Mengen, die in den einzelnen Ländern konsumiert werden, unterscheiden sich erheblich von dem weltweiten Durchschnitt. Russland ist das Land, in dem jährlich mit mehr als 12,5 Liter reinem Alkohol pro Kopf am meisten getrunken wird. Deutschland liegt mit einer jährlichen Menge von elf Litern pro Kopf nur knapp dahinter und befindet sich damit ebenfalls weit über dem weltweiten Durchschnitt. Den wenigsten Alkohol konsumieren Menschen aus islamischen Ländern mit weniger als 2,5 Litern pro Jahr.

Die offizielle Empfehlung für











Gesundheitliche Konsequenzen und strengere Regulierungen

Global spielt Alkohol eine große Rolle, wenn es um die Entstehung von Krankheiten geht. Jahrelanger übermäßiger Alkoholkonsum kann nicht nur Lebererkrankungen, wie zum Beispiel Leberzirrhose, sondern auch schwerwiegende Krebs- und Herzerkrankungen zur Folge haben, die in einigen Fällen auch tödlich enden. Alkohol verursacht nicht nur Krankheiten, sondern er ist auch der Auslöser von zahlreichen Gewalttaten und Verkehrsunfällen. Die OECD ist infolge ihres Gesundheitsberichts 2015 davon überzeugt, dass man in Deutschland jährlich 44.000 Leben retten könnte, wenn man den Alkoholkonsum durch politische Maßnahmen reduzieren würde. Dazu zählen strengere gesetzliche Regeln für Alkoholwerbung und -verkauf, höhere Steuern auf alkoholische Getränke und die konsequente Durchsetzung von Promillegrenzen im Straßenverkehr. Auch wenn der durchschnittliche Alkoholkonsum in den 34 OECD-Staaten in den letzten 20 Jahren leicht zurückgegangen ist, zeigen gerade junge Menschen ein problematischeres Trinkverhalten. Regulierungen im Werbe- und Verkaufsbereich könnten laut OECD nicht nur verhindern, dass Menschen frühzeitig sterben, sondern auch positive Auswirkungen auf die Anzahl der gesund verbrachten Lebensjahre haben. Zahlreiche Beratungsangebote und weitere Informationen zu Risiken, einem verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und Selbst-Tests zur Einschätzung des eigenen Trinkverhaltens bietet die Kampagne „Kenn Dein Limit“ im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung für [Jugendliche](#) und für [Erwachsene](#).

FL (31.03.2017)

sogenannten „risikoarmen Konsum“ liegt für Frauen bei 12 Gramm reinen Alkohols täglich. Das entspricht in etwa einem kleinen Glas Bier (0,25l) oder Wein (0,1l). Die Grenze für Männer liegt bei 24 Gramm, das sind etwa ein halber Liter Bier oder zwei kleine Gläser Wein. Zusätzlich wird empfohlen, zwei alkoholfreie Tage in der Woche einzulegen, um das Risiko für gesundheitliche Schäden gering zu halten.

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

-  [Alkoholkonsum am Arbeitsplatz](#)
-  [Video: Interaktive Suchtprävention](#)
-  [Sicherheit auf Festivals](#)
-  [Sicher unterwegs auf der Skipiste](#)
-  [Der Drogen- und Suchtbericht 2017](#)
-  [Das Drogen-Radar](#)
-  [Alkohol im Alter](#)
-  [Ungewollte Nebenwirkung](#)
-  [Tödlicher Fusel](#)
-  [Geliebtes Nervengift](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

Weitere Präventionsvideos



Mit Matteo Cagnazzo, Institut für Internetsicherheit (if(is)), Westfälische Hochschule

Video: Internetkriminalität - So schütze ich mich!

In diesem Video informiert Matteo Cagnazzo vom Institut für...[\[mehr erfahren\]](#)



Du wirst gemobbt? Dann wehr dich dagegen!

Video: Hilfe bei Cybermobbing

Du wirst gemobbt? Dann wehr dich dagegen! Mobbing übers Netz ist...[\[mehr erfahren\]](#)



Mit Christian Kellner, Hauptgeschäftsführer des Deutschen Verkehrssicherheitsrat

Video: Mehr Sicherheit durch Fahrerassistenzsysteme

Immer mehr Autos verfügen über moderne Fahrerassistenzsysteme. Wie...[\[mehr erfahren\]](#)



Erst die Opfer ablenken, dann bestehlen

Video: Taschendiebe auf Beutezug

Wer von Giovanni Alecci beklaut wird, der hat Glück. Denn er ist ein...[\[mehr erfahren\]](#)



Präventionstheater für Seniorinnen und Senioren

Video: Ausgetrickst - nicht mit uns!

Ob der klassische Enkeltrick oder der falsche Handwerker: Seniorinnen...[\[mehr erfahren\]](#)

Cookie Einstellungen

- Statistiken
- Essentiell

Wir nutzen Cookies auf unserer Website, die in unserer [Datenschutzerklärung](#) beschrieben sind. Wir verwenden anonyme Statistiken, um unsere Website zu verbessern. Bitte unterstützen Sie unsere wichtige Präventionsarbeit und akzeptieren Sie alle Cookies. Vielen Dank!

Nur essentielle Cookies akzeptieren Alle akzeptieren