



## Neu: ALKOHOLSPIEGEL informiert über Alkoholgrenzwerte in Europa

Neu: ALKOHOLSPIEGEL informiert über Alkoholgrenzwerte in Europa <br /><br />BZgA arbeitet mit europäischen Partnern an wissenschaftsbasierten Empfehlungen <br />London um 1870: In der größten und aufstrebendsten Metropole Europas boomt die Wirtschaft. In den Arbeitervierteln hingegen sind Alkoholmissbrauch, soziales Elend und Krankheiten weit verbreitet. In dieser Zeit entwickelt der Experte Francis Edmund Anstie den ersten Alkoholgrenzwert. Nach seiner Empfehlung sind bis zu 1,5 Ounces reinen Alkohols am Tag gesundheitlich unbedenklich. Das entspricht etwa 42 Gramm Reinalkohol beziehungsweise einem halben Liter Wein oder drei kleinen Flaschen Bier. <br />Inzwischen ist das Wissen um die gesundheitlichen Auswirkungen von Alkohol beträchtlich gewachsen. Allerdings werden die Risiken von Alkoholkonsum international unterschiedlich bewertet und interpretiert. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) arbeitet derzeit zusammen mit europäischen Partnern aus Wissenschaft und Praxis daran, europaweite allgemeingültige und wissenschaftsbasierte Empfehlungen für die Vermittlung von Grenzwerten festzulegen, um alkoholbedingte Krankheiten und vorzeitigen Tod durch Alkoholkonsum zu reduzieren. Wie Grenzwerte ermittelt werden und warum es gerade nach heutigem Wissensstand schwer ist, diese einheitlich festzulegen, wird in der neuen Ausgabe der BZgA-Publikation ALKOHOLSPIEGEL erklärt. <br />In dem 2014 gegründeten Projekt RARHA (Reducing Alcohol Related Harm in Europe) tragen EU-Mitgliedstaaten diese Unterschiede bei den Empfehlungen zusammen. Wie die aktuelle Situation in Europa aussieht, zeigen einige Beispiele: So gilt in Italien eine Spanne von 24 bis 36 Gramm Reinalkohol pro Tag für Männer und 12 bis 24 Gramm pro Tag für Frauen, in Finnland werden Wochenempfehlungen zwischen 110 bis 165 Gramm kommuniziert und in Spanien reichen die Empfehlungen von 30 bis 70 Gramm pro Tag, je nach Region. Die in Deutschland gültigen Werte für einen risikoarmen Alkohol-Konsum von 10 bis 12 Gramm pro Tag für gesunde Frauen und 20 bis 24 g pro Tag für gesunde erwachsene Männer plus zwei konsumfreie Tage pro Woche werden auch von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) empfohlen. Grenzwerte sind wichtiger denn je, damit Bürgerinnen und Bürger die gesundheitlichen Auswirkungen von Alkohol einordnen und einen maßvollen Konsum einhalten können.<br />Die aktuelle Ausgabe des ALKOHOLSPIEGEL bietet außerdem ein Interview mit der Leiterin der BZgA, Dr. Heidrun Thaiss und Neuheiten der Jugend-Kampagne "Alkohol? Kenn dein Limit". <br />Der "Alkoholspiegel" steht unter [www.bzga.de/presse/publikationen/zum\\_download\\_bereit](http://www.bzga.de/presse/publikationen/zum_download_bereit). Kostenfreie Bestellungen sind im Internet unter <http://www.bzga.de/infomaterialien/alkoholpraevention/alkoholspiegel> sowie per Fax unter 0221-8992257 oder per E-Mail unter [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) möglich. <br /><br />Kontakt:<br />Dr. Marita Völker-Albert<br />Pressesprecherin der <br />Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung<br />Maarweg 149-161<br />50825 Köln<br />Tel. 0221-8992280<br />Fax: 0221-8992201<br />E-Mail: [marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de) <br />http: [www.bzga.de](http://www.bzga.de) <br />RSS-Feed: <http://www.bzga.de/rss-presse.php> <br />Twitter: [http://www.twitter.com/bzga\\_de](http://www.twitter.com/bzga_de) <br />

### Pressekontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de)

### Firmenkontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de)

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist seit 1967 zum gesundheitlichen Wohle der Bürgerinnen und Bürger tätig. In dieser Zeit haben sich die Themen der gesundheitlichen Aufklärung erweitert, ihre Methoden geändert, und neue Aufgaben sind hinzugekommen. Gleichzeitig sind auch die Anforderungen an eine erfolgreiche Gesundheitsförderung gestiegen. Diesen Veränderungen haben wir Rechnung getragen und auf der Grundlage unseres Gründungsauftrags aus dem Jahre 1967 eine Neubestimmung vorgenommen. In diesem Sinne räumen wir in Zukunft der Erarbeitung von wissenschaftlichen Grundlagen und von Qualitätssicherungsverfahren noch mehr Raum ein. Durch nationale und internationale Kooperation fördern wir verstärkt ein arbeitsteiliges Vorgehen, denn erst durch die konsequente Nutzung der Stärken vieler Partner können Synergieeffekte entstehen. Mittelfristig streben wir den Aufbau als Clearingstelle an, damit Aktivitäten und Ressourcen auf zentrale Gesundheitsprobleme konzentriert und die Effektivität und Effizienz der gesundheitlichen Aufklärung gestärkt werden. Unsere Aufklärungsmaßnahmen konzentrieren wir auf ausgewählte Teile der Bevölkerung. In der nächsten Zeit ist dies vor allem die Zielgruppe "Kinder und Jugendliche". Unsere Kompetenz sehen wir in der Entwicklung, Umsetzung und wissenschaftlichen Überprüfung von Aufklärungsstrategien zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Dazu bedarf es auch der Beteiligung zentraler Kooperationspartner. Gleichzeitig wollen wir mehr als bisher Bürgerinnen und Bürger über aktuelle gesundheitliche Themen von bundesweiter Bedeutung informieren. Unverändert wichtig bleibt die langfristige Umsetzung der gesetzlichen und bundespolitischen Aufträge in der Sucht- und Aids-Prävention wie auch in der Sexualaufklärung und Familienplanung.