



## Zum Internationalen Männertag: Alkoholsucht und Männer

Zum Internationalen Männertag: Alkoholsucht und Männer  
Anlässlich des Internationalen Männertages am 19. November weist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf die hohe Suchtgefahr vor allem für Männer hin. Rund jeder dritte Mann zwischen 18 und 64 Jahren hat einen problematischen, d.h. riskanten oder schädlichen Alkoholkonsum. Bei den gleichaltrigen Frauen liegt der Anteil bei etwa 9 Prozent. Ein gesundheitsschädlicher Alkoholkonsum besteht bereits dann, wenn ein Mann mehr als 24 Gramm Reinalkohol pro Tag (2 Gläser Bier à 0,3 Liter) konsumiert - bei Frauen liegt die Grenze bei der Hälfte der Menge. Nach aktuellen Studien der BZgA ist riskanter Alkoholkonsum im jungen Erwachsenenalter bei Männern deutlich weiter verbreitet als bei gleichaltrigen Frauen. So praktiziert etwa jeder zweite junge Mann zwischen 18 und 25 Jahren mindestens einmal, jeder fünfte sogar mindestens viermal im Monat Rauschtrinken. Bei den Frauen im vergleichbaren Alter sind die Anteile wesentlich geringer (29 Prozent bzw. 5 Prozent). "Es existieren gerade bei Männern immer noch gesellschaftliche Rollenerwartungen im Zusammenhang mit hohem Alkoholkonsum. Junge Männer glauben, dass sie ihre Männlichkeit durch hohen Alkoholkonsum bestätigen müssen", erläutert Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. "Eine Alkoholabhängigkeit entwickelt sich meistens schleichend über Jahre aus einem hohen und regelmäßigen Konsum. Auch dieses Krankheitsbild ist bei Männern weiter verbreitet als bei Frauen." Statistisch betrachtet erfüllen in Deutschland etwa 3,4 Prozent der Männer im Alter von 18 bis 64 Jahren die gängigen Diagnosekriterien einer Alkoholabhängigkeit. Bei den gleichaltrigen Frauen sind es ca. 1,4 Prozent. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung wendet sich mit ihren Alkoholpräventionskampagnen an alle Altersgruppen und Geschlechter. Um gezielt Männer zu erreichen, informiert sie in ihrem Männergesundheitsportal über die Risiken eines übermäßigen Alkoholkonsums und die Bedeutung eines verantwortungsvollen Umgangs mit Alkohol. Unter <http://www.maennergesundheitsportal.de> findet die Zielgruppe interessante, qualitätsgesicherte Informationen rund um das Thema. Da Männer ihr eigenes Risiko einer Suchtentwicklung häufig völlig falsch einschätzen, bietet die BZgA im Rahmen ihrer "Alkohol? Kenn dein Limit."-Kampagne (<http://www.kenn-dein-limit.de>) einen Online-Selbsttest, mit dem sich der individuelle Alkoholkonsum kritisch überprüfen lässt. Für Jugendliche und junge Erwachsene stehen altersgerechte Informationen auf <http://www.kenn-dein-limit.info> zur Verfügung.  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
Ostmerheimer Str. 220  
51109 Köln  
Telefon: 0221-8992280  
Telefax: 0221-8992201  
Mail: [poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@bzga.de)  
URL: <http://www.bzga.de>

## Pressekontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[bzga.de](http://bzga.de)  
[poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@bzga.de)

## Firmenkontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[bzga.de](http://bzga.de)  
[poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@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.