

Statement

von Diplom-Psychologin Andrea Jakob-Pannier
Suchtexpertin bei der BARMER

anlässlich der Pressekonferenz
zum Start der Aktionswoche Alkohol 2017
am 11. Mai 2017 in Berlin

Grillevents, Partys, Geschäftsessen oder Geburtstage – zu beinahe allen Anlässen wird Alkohol getrunken. Der Alkoholkonsum in der Bundesrepublik ist weit verbreitet – riskanter Missbrauch und Abhängigkeit von Alkohol bilden dabei lediglich die Spitze des Eisbergs. Laut Epidemiologischen Suchtsurvey, 2015 vom Institut für Therapieforschung in München herausgegeben, konsumieren 7,75 Millionen Menschen Alkohol in riskanter Weise. Das ist jede sechste Person zwischen 18 und 64 Jahren. Davon sind 1,7 Millionen Alkoholabhängige und 1,6 Millionen missbräuchlich Konsumierende. Bereits relativ geringe Mengen regelmäßig konsumierten Alkohols genügen, gesundheitliche Risiken zu steigern. Den riskanten Alkoholkonsum zu verringern, ist eine Herausforderung für die Gesellschaft und unser Gesundheitswesen. Dies ist umso dringlicher, als aktuelle Untersuchungen der BARMER zeigen, dass immer mehr Menschen neben Alkohol zu weiteren Drogen greifen und so in zusätzliche Abhängigkeiten geraten. Sie spielen mit ihrer Gesundheit russisch Roulette.

Datenauswertung belegt Anstieg der alkoholabhängigen Behandlungen

Für unsere aktuellen Auswertungen haben wir mehr als eine Milliarde Datensätze von ca. 8,5 Millionen BARMER Versicherten betrachtet, die sich im Zeitraum von 2012 bis 2015 in einer ambulanten und oder stationären Behandlung befanden. Hierbei zeigt sich, dass die ambulanten und stationären Behandlungen von riskantem Alkoholkonsum in den Jahren 2012 bis 2015 um jährlich 2,2 Prozent gestiegen sind und ein Viertel aller Alkoholabhängigen zwischen 50 und 59 Jahre alt ist. Dies macht deutlich, dass Sucht auch vor Menschen im fortgeschrittenen Alter keinen Halt macht!

BARMER
Pressestelle

Axel-Springer-Str. 44 • 10969 Berlin

www.barmer.de/presse
www.twitter.com/BARMER_Presse
presse@barmer.de

Athanasios Drougias (Ltg.)
Tel.: 0800 33 20 60 99 14 21
athanasios.drougias@barmer.de

Sunna Gieseke
Tel.: 0800 33 20 60 44 30 20
sunna.gieseke@barmer.de

Begleitabhängigkeiten nehmen zu

Bei den Alkoholabhängigen ist der Anteil mit weiteren begleitenden Abhängigkeiten in dieser Zeit von rund 14 auf 16 Prozent gestiegen (von 17.329 auf 21.270). Auffällig ist auch der zusätzliche missbräuchliche Konsum von Cannabinoiden mit insgesamt 56 Prozent Zuwachs. Die Betroffenen sind im Durchschnitt 34,5 Jahre alt. Der gleichzeitige Missbrauch von Schlaf- bzw. Beruhigungsmitteln stieg ebenfalls im gleichen Zeitraum um weitere sechs Prozent, bei einem Durchschnittsalter von 53,6 Jahren. In Deutschland können von allen verordneten Arzneimitteln etwa vier bis fünf Prozent missbräuchlich verwendet werden und abhängig machen. Elf der 20 meistverkauften Medikamente in Apotheken haben ein Missbrauchspotenzial. Dazu gehören an erster Stelle Schlaf- und Beruhigungsmittel, die bei längerer Einnahme zu einer Abhängigkeit führen können – auch in geringer Dosis. Schon nach zwei Wochen beginnt der Körper, sich an das Medikament zu gewöhnen. Bereits nach drei- bis vierwöchiger Einnahme von Benzodiazepinen kann sich eine Abhängigkeit einstellen.

Alkoholabhängige mit immer mehr Depressionen

Diese alarmierende Botschaft hat auch die DHS in dem diesjährigen Jahrbuch Sucht thematisiert, und die BARMER Auswertungen verdeutlichen, dass eine Begleitabhängigkeit von Alkohol die gesundheitlichen Risiken und Gefahren nochmals erhöht. Ein weiterer Anstieg ist nach unseren Daten auch bei der Begleiterkrankung depressiver Störungen von alkoholabhängigen Menschen mit 13 Prozent zu verzeichnen (von 51.549 auf 58.298).

Aktionswoche Alkohol sensibilisiert für Gesundheitsrisiken

Dabei ist Alkohol schon für sich allein genommen ein enormes Gesundheitsrisiko. Unter dem Motto „Alkohol? Weniger ist besser!“ richtet die diesjährige Aktionswoche unseren Blick auf den Aspekt „Kein Alkohol unterwegs“ und die große Zahl riskant Konsumierender. Ziel ist es, die Bevölkerung für die Risiken, die Gefahren und negativen Auswirkungen von Alkoholkonsum zu sensibilisieren und zu motivieren, ihren Konsum einzuschränken. Denn weniger ist besser! Die Aktionswoche Alkohol ist eine breit angelegte bevölkerungsbezogene Awareness-Kampagne mit zahlreichen Facetten, Akteuren und Aktionen.

Täglicher Alkoholkonsum erhöht Krebsrisiko

Die BARMER will mit ihrer Beteiligung dazu beitragen, Bewusstsein für ein wichtiges Problem zu schaffen und Menschen für eine gesunde und bewusste Lebensweise zu gewinnen. Zu viele weisen einen riskanten Alkoholkonsum auf, aber nur wenige wissen selbst über die Risiken und Gefahren Bescheid. Ein hoher Alkoholkonsum wird meist ausschließlich mit dem Risiko einer Suchterkrankung und ihren körperlichen und psychosozialen Folgen oder der Schädigung Dritter (zum Beispiel durch Gewalt oder Verkehrsunfälle) in Verbindung gebracht. Die Wirkung eines, sozial meist unauffälligeren, regelmäßigen Risikokonsums, zum Beispiel an jedem Tag ein bis zwei Gläser Bier oder Wein, ist dagegen weitaus weniger im Bewusstsein. Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) macht deutlich, dass schon ein täglicher Konsum von etwa 1,3 Litern Bier das Risiko für Krebserkrankungen im Mundraum, des Rachens, Kehlkopfs und der Speiseröhre um das Zwei- bis Fünffache erhöht. Bei zwei bis drei Litern steigt das Krebsrisiko um das 13- bis 15-fache und sogar auf das 29-fache bei Krebserkrankungen im unteren Rachenbereich.

Ein überhöhter Alkoholkonsum kann nahezu alle Organe eines Menschen schädigen und ist für zahlreiche Krankheiten (mit-)verantwortlich, beispielsweise der Leber, des Magen-Darm-Traktes, der Bauchspeicheldrüse. Alkohol ist Ursache für Schlaganfälle, Bluthochdruck, Brustkrebs, Herz-Kreislauf- sowie diverse Krebserkrankungen. Um das Risiko zu senken, sollte man sich daher mit dem Konsum von Alkohol zurückhalten. Vor allem während der Kindheit und Jugendzeit, der Schwangerschaft, im Job und Straßenverkehr müssen „Null-Promille“ selbstverständlich sein!

Prävention und Behandlung in jedem Alter wichtig

Was lernen wir aus diesem Wissen? Wie können wir Betroffenen helfen? Zunächst einmal wird deutlich, dass wir alle Lebensphasen in den Fokus stellen müssen. Sowohl für präventive Maßnahmen als auch frühzeitige Behandlungen von Suchterkrankten, die in jedem Lebensalter wichtig sind. Denn es lohnt sich zu jeder Zeit und in jedem Alter. Die gesundheitliche Information und Aufklärung über die Folgen eines riskanten und missbräuchlichen Umgangs mit Alkohol sowie gezielte Präventionsmaßnahmen in allen Settings wie Kita, Schule, Betrieb und Gemeinde sind eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Diese können wir nur meistern, wenn wir gemeinsam und dauerhaft an einem Strang ziehen. Wir müssen daher unsere gemeinsamen Anstrengungen stärken, um aus den

verschiedenen Präventionsangeboten der einzelnen Akteure eine wirksame und nachhaltige Alkoholpräventionsstrategie in Deutschland zu entwickeln.

Suchtspirale verhindern

Um zu verhindern, dass Menschen in eine Suchtspirale geraten, sind frühzeitige und gezielte Interventionen notwendig. Moderne Programme der Suchtprävention setzen daher konsequent auf die Hilfe zur Selbsthilfe und auf das Selbstmanagement im gesundheitlichen Kontext. Demnach sieht die BARMER die Suchtprävention und die vorbeugende Auseinandersetzung der mit dem Missbrauch von Alkohol zusammenhängenden Erkrankungen als eine ihrer zentralen Aufgaben an.

Die BARMER ist seit der ersten Aktionswoche Alkohol im Jahr 2007 dabei. Die nunmehr sechste Aktionswoche Alkohol ist ein gutes Beispiel für das Engagement und Zusammenspiel von unterschiedlichen Akteuren auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene. Bereits zum sechsten Mal nutzen wir unsere jeweiligen Kompetenzen für eine enge partnerschaftliche Zusammenarbeit. Unter Federführung der DHS und in Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung Bund sowie mit der Bundesdrogenbeauftragten Marlene Mortler hat die BARMER die Aktionswoche vorbereitet, die Internetseite der Aktionswoche und Aktionsmedien mitentwickelt sowie stets in großem Umfang gefördert. Sie trägt in vielfältiger Weise dazu bei, die Öffentlichkeitsarbeit und Umsetzung der Aktionswoche vor Ort zu unterstützen.

BARMER bietet gezielte Präventions- und Behandlungsangebote

Rund um die Aktionswoche stellt die BARMER das ganze Jahr über zielgruppengerechte Hilfsangebote für unterschiedliche Settings (für Kita, Schule, Hochschule, Berufsleben, Freizeit und Sport sowie im Alter) in ihrem eigenen Internetangebot zur Verfügung. Dies bietet sie in Zusammenarbeit mit qualifizierten Kooperationspartnern aus Wissenschaft und Praxis an. Beispiele sind Sucht-Fachstellen, Universitäten, Fachkliniken, Ärzte und Selbsthilfegruppen. Die verschiedenen Angebote der BARMER zur Prävention und Begleitung von Suchterkrankungen werden der Allgemeinbevölkerung für jeden Einzelnen sowie auch für Gruppen als Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt. Hierzu zählen beispielsweise:

- Das Online-Training zur Alkoholprävention „e-checkup to go“ für Studierende zur Aufklärung und Unterstützung bei riskantem Substanzkonsum während des Studiums. Das Angebot wird von Frau

Mortler unterstützt.

- Das Online-Training mit eCoach zur Alkoholprävention „Clever weniger trinken“ in Kooperation mit dem GET.ON Institut der Leuphana Universität Lüneburg damit jeder sein Trinkverhalten selbstständig überprüfen und den Alkoholkonsum einschränken kann.
- Das Rauchfrei Programm SQUIN „Smoke Quit Win! Das Online-Training zur Raucherentwöhnung bietet einen spielerischen Zugang in ein rauchfreies Leben.

Hinzu kommen viele weitere Beteiligungen an bestehenden bundesweiten Sucht-Programmen.

Informationen auch im Internet

Darüber hinaus hat die BARMER gemeinsam mit der DHS seit vielen Jahren zu allen relevanten Suchtthemen Internetplattformen konzipiert und der Allgemeinheit für die tägliche Praxis und Information bereitgestellt.

All dies leistet einen, wie wir wissen, wirkungsvollen Beitrag dazu, dass Menschen gar nicht erst in eine Spirale der Abhängigkeit geraten oder, falls dies doch geschieht, wieder daraus finden können.