

## Die wichtigsten Fakten zu Jugend und Alkohol

### Alkohol – (k)ein gewöhnliches Konsumgut

In der Schweiz ist Alkohol ein traditioneller Bestandteil der Kultur. Mit Alkohol wird zum Beispiel auf das neue Jahr, auf die berufliche Beförderung oder den Geburtstag angestossen. Die meisten in der Schweiz lebenden Menschen haben einen unproblematischen Umgang mit Alkohol. Trotzdem ist Alkohol kein gewöhnliches Konsumgut. Gut ein Fünftel der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren konsumierte im Jahr 2013 Alkohol in risikoreichen Mengen. Gemäss Schätzungen sind rund 250'000 Personen in der Schweiz alkoholabhängig oder zumindest stark alkoholgefährdet, rund zwei Drittel davon sind Männer. Gemäss einer Schülerbefragung aus dem Jahr 2014 kommt Rauschtrinken bereits bei Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren vor.

### Warum konsumieren Jugendliche überhaupt Alkohol?

Da die Geschmacksempfindung bei Kindern und Jugendlichen sensibler funktioniert als bei Erwachsenen, mögen sie den bitteren oder sauren Geschmack von Alkohol oft überhaupt nicht. Trotzdem trinken sie Alkohol. Zu den hauptsächlichsten Beweggründen der 13- bis 16-Jährigen, Alkohol zu konsumieren, zählen soziale Motive wie das Zusammensein mit Freunden, Spass haben, die Bewältigung von Alltagssorgen sowie der Gruppendruck. Jugendliche neigen zudem zu einem risikoreichen Konsum, wenn sie den Rausch suchen. Im Jugendalter ist die Suche nach der eigenen Identität gross, weshalb das Dazugehören zu einer Gruppe sehr wichtig ist. Dementsprechend will man mit dem eigenen Verhalten zeigen, dass man den Gruppennormen entspricht. Auch das gemeinsame (übermässige) Konsumieren von Alkohol kann zu einer Gruppennorm werden. Wenn Gruppendruck mitspielt, ist die Gefahr von übermässigem Alkoholtrinken besonders gross.

### Warum ist Alkoholkonsum bei Jugendlichen so gefährlich?

Alkohol ist eine Substanz, die zu einer Vergiftung führen kann. Langfristig wirkt sich starker Alkoholkonsum schädigend auf fast alle menschlichen Organe aus und es besteht ein Zusammenhang mit einer Reihe von Krankheiten wie z. B. Krebs, Herz- und Kreislauferkrankungen, Leberzirrhose (Schrumpfleber) etc. Da sich der Körper von Kindern und Jugendlichen im Wachstum befindet, ist Alkoholkonsum bei ihnen besonders gefährlich, denn körperliche Entwicklungsprozesse können beeinträchtigt werden. Das übermässige Trinken von Alkohol kann die Produktion von Wachstumshormonen verringern und die Gehirnentwicklung beeinflussen. Zudem wirkt sich Alkohol bei geringerem Körpergewicht stärker aus. Aber nicht nur die körperliche Entwicklung kann Schaden nehmen, sondern auch der persönliche Reifeprozess kann gestört werden. In einem Alter, wo Schulabschluss und Berufswahl von grosser Bedeutung sind, ist dies besonders fatal.

### Unfallbedingte Todesfälle nach Alkoholkonsum

Ein Teil der Jugendlichen konsumiert Alkohol gleichzeitig mit anderen psychoaktiven Substanzen wie Tabak, Cannabis oder anderen Drogen. Die negativen Auswirkungen auf die Gesundheit (und z. B. auch auf die Fahrtauglichkeit) erhöhen sich entsprechend. Tatsächlich war im Jahr 2013 jeder sechste unfallbedingte Todesfall in der Schweiz auf Alkoholkonsum zurückzuführen. Neben dem grossen Leid der betroffenen Familien verursachen solche Unfälle auch hohe Kosten, die von der Allgemeinheit getragen werden müssen.

### Was versteht man unter Rauschtrinken?

Neben dem regelmässigen Alkoholkonsum bzw. dem chronischen Risikokonsum wird vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen zunehmend eine andere Form des problematischen Konsums beobachtet: das Rauschtrinken, auch

Binge Drinking genannt. Darunter versteht man den übermässigen Konsum von Alkohol bei einzelnen Gelegenheiten. Nach internationalen Richtlinien gilt ein Konsum von fünf oder mehr alkoholischen Standarddrinks\* bei einer Gelegenheit bei Männern und von vier alkoholischen Standarddrinks\* oder mehr bei Frauen als Indikator für Rauschtrinken.

\* 1 Standarddrink = 1 dl Wein / 33 cl Bier / 2 cl gebranntes Wasser

## **Gibt es einen Zusammenhang zwischen Alkohol und Gewalt?**

Der Einfluss von Alkohol auf die Bereitschaft, Gewalt gegen Drittpersonen oder gegen fremdes Eigentum auszuüben, ist durch Studien hinreichend belegt. So sind die Hälfte der Gewaltdelikte im öffentlichen Raum alkoholbedingt. Wir alle haben zum Beispiel schon Bilder von alkoholisierten, randalierenden Fussball-Hooligans gesehen, die auf Menschen und Gegenstände einprügeln. Ein übermässiger Alkoholkonsum senkt Hemmungen und Selbstkontrolle. Kommt dann noch der Gruppendruck dazu, kann dies fatale Folgen haben und in Gewaltexzessen ausufern.

## **Warum spielen die Verfügbarkeit und der Preis von Alkohol eine Rolle?**

Die ständige Verfügbarkeit von Alkohol (24-Stunden-Shops, Restaurants etc.) sowie die verhältnismässig günstigen Preise (z. B. für Bier und teilweise auch für Spirituosen) tragen zur Förderung des Alkoholkonsums besonders bei Jugendlichen bei. Es ist erwiesen, dass bei Preissteigerungen von Alkoholika der Konsum rückläufig ist (z. B. Alcopops). Auch bei Zigaretten ist dies der Fall: Je teurer sie werden, desto weniger wird geraucht. Aber nicht nur der Preis hat einen Einfluss auf das Kaufverhalten; eine ebenso wichtige Rolle spielt, wie einfach Alkohol erhältlich ist. Nicht nur in der Schweiz, auch in anderen Ländern gibt es hinreichend Belege dafür, dass sich vor allem der missbräuchliche Konsum reduziert, wenn die Verfügbarkeit von Alkohol z. B. durch zeitliche Einschränkungen oder Altersbeschränkungen vor allem den missbräuchlichen

Konsum gesteuert wird. Auch deshalb existieren in fast allen Ländern weltweit gesetzliche Bestimmungen zum Jugendschutz bei der Abgabe von Alkohol.

## **Welches sind die Folgekosten des übermässigen Alkoholkonsums?**

Alkohol ist als Konsumgut in der Schweizer Bevölkerung weit verbreitet. Die sozialen Kosten, die direkt oder indirekt mit übermässigem Alkoholkonsum in Verbindung gebracht werden (Todesfälle, Krankheiten, Littering, Vandalenakte etc.), werden im Jahr auf rund 4 Milliarden Franken geschätzt. Die Folgekosten des übermässigen bzw. nicht altersgerechten Alkoholkonsums tragen wir alle – sei es über steigende Krankenkassen- und Versicherungsprämien oder über Steuerabgaben etc.

Sich für einen gesundheitlich unbedenklichen und altersgerechten Alkoholkonsum zu engagieren, zahlt sich also für alle aus.

## **Quellen:**

- *Resultate der Studie 2014 «Health Behaviour in School-Aged Children» (HBSC)*
- *Suchtmonitoring Schweiz 2014, Sucht Schweiz, Lausanne*
- *Bundesamt für Gesundheit (BAG)*