**Sendung vom 28. Oktober 2017: „Hilfe, Oma trinkt“**

**Statement von Prof. Dr. med. Thomas Leyhe** **zur Anfrage eines Journalisten zur Frage: „Wann ist Alkohol gefährlich?“**

Prof. Dr. med. Leyhe: *„Das Zitat eines Journalisten aus den „Botschaften für eine Orientierungshilfe zum Alkoholkonsum“ der eidgenössische Kommission für Alkoholfragen aus dem Jahr 2015, dass gesunde erwachsene Männer nicht mehr als zwei bis maximal drei Gläser alkoholische Getränke pro Tag und Frauen nicht mehr als ein bis maximal zwei Gläser alkoholische Getränke pro Tag zu sich nehmen sollen und dass zudem «mindestens zwei alkoholfreie Tage pro Woche eingehalten werden“ sollen, ist richtig. Es wird dabei nicht aufgeführt, welche alkoholischen Getränke das sind.*

*In dieser Stellungnahme der eidgenössische Kommission für Alkoholfragen aus dem Jahr 2015 wird auch ausgeführt: „Der Konsum von Alkohol ist mit gesundheitlichen Risiken verknüpft und für alkoholbedingte Krankheiten besteht in den allermeisten Fällen eine Dosis-Wirkungsrelation. Risiken unterscheiden sich je nach Person, Trinkumständen, Alter und Gesundheitszustand. Entsprechend differenziert müssen die Botschaften sein, was als „risikoarmer Konsum“ gelten kann.“ Dabei unterscheiden sich die Empfehlungen der Fachgesellschaften verschiedener Länder bezüglich eines risikoarmen Konsums. In den Vereinigten Staaten beinhaltet die Definition des moderaten Konsums eine deutlich höhere Alkoholmenge als in Finnland. Ein risikoarmer Konsum ist also von Person zu Person unterschiedlich. Einen risikolosen Konsum gibt es nicht.*

*Nach der Weltgesundheitsorganisation (WHO) werden 4 Risikogruppen unterschieden:*

*Abstinent lebende Personen, Personen mit risikoarmem Konsum (‹ 30 g Alkohol/ Tag für Männer, ‹ 20 g Alkohol/ Tag für Frauen), Personen mit riskantem Konsum (40 – 60 g/Tag für Männer, 20 – 40 g/ Tag für Frauen) und Personen mit gefährlichem Konsum (› 60 g/Tag für Männer, ›40 g/Tag für Frauen). 20 g reiner Alkohol finden sich in ca. 1/4 Liter Tafelwein, ca. 1/2 Liter Normalbier, ca. 3 kleinen Schnäpsen à 2 cl oder ca. 2 Gläsern Sekt.*

*Meine Aussage in der Sendung bezog sich also nicht darauf, bis wohin der risikoarme Konsum geht, sondern wo der Konsum im allgemeinen riskant bis gefährlich wird, nämlich bei 40 g Alkohol/Tag bei Frauen, entsprechend ca. ½ l Wein, oder 60 g Alkohol/Tag bei Männern, entsprechend ca. ¾ l Wein.*

*Natürlich ist grundsätzlich ein möglichst geringer Konsum mit alkoholfreien Tagen erstrebenswert.“*

***Prof. Dr. med. Thomas Leyhe, Ärztlicher Zentrumsleiter, Zentrum für Alterspsychiatrie, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel***