

**Das Wundergetränk des Dr. Walzl:
Stellungnahme zum Symposium "Bier und Gesundheit"
des Verbandes der Brauereien Österreichs am 12. Juni 2003 in Wien**

Dr. Alfred Uhl

Leiter der AlkoholKoordinations- und InformationsStelle (AKIS) am Anton-Proksch-Institut/Wien Kalksburg

Jeder zehnte Österreicher erkrankt im Laufe seines Lebens an Alkoholismus, unter Männern ist es sogar jeder siebente. In einem Bierland wie Österreich trägt Bier maßgeblich zu diesen Problemverläufen bei. Die in der Bevölkerung weit verbreitete Vorstellung, dass Bier in Folge des geringeren Alkoholgehalts hier nur eine untergeordnete Rolle spielt, entspricht nicht der Realität. Der große Stellenwert des Biers bei der Entstehung von Alkoholismus und alkoholbedingten Krankheiten zeigt sich regelmäßig bei der Behandlung von Alkoholkranken im Anton-Proksch-Institut.

Alkoholiker sterben durchschnittlich 20 Jahre früher als Nicht-Alkoholiker. Pro Jahr gehen eine Unzahl an verlorenen Lebensjahren auf das Konto von Bier, Wein und Spirituosen. Woher kommt angesichts dieser Horrorzahlen die Idee, dass Bier, Wein oder Schnaps - also alkoholische Getränke - gesundheitsfördernd seien? Im Folgenden wird versucht etwas Licht in die Sache zu bringen.

Vorausschickend muss gesagt werden, dass in der wissenschaftlichen Literatur - wenn überhaupt - vor allem der Alkohol für eine gewisse gesundheitsfördernde Wirkung verantwortlich gemacht wird. Weinproduzenten und Bierindustrie versuchen ergänzend dazu aus Inhaltsstoffen der jeweils von ihnen produzierten Getränke eine spezifische gesundheitsfördernde Wirkung abzuleiten. Weiters muss man wissen, dass die gesundheitsfördernde Wirkung von Alkohol primär über die Todesursachenstatistik analysiert wird.

Die wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Phänomen "gesundheitsfördernde Alkoholwirkung" ist durch zwei logische Denkfehler, die für Verwirrung sorgen, belastet.

Denkfehler 1:

Sogar seriöse Forscher und namhafte Experten vergessen mitunter, dass die Summe aller Todesursachen zwangsläufig 100% ausmacht. Todesursachen naiv zu analysieren und dabei nicht auf die Lebensdauer zu schauen führt in die Irre. Offensichtlich kann jemand, der in frühen Jahren an Lebererkrankungen, Alkoholunfällen, bestimmten Krebsarten etc. stirbt, danach nicht mehr an Herz-Kreislaufferkrankungen oder anderen Krebsarten sterben. So schützt exzessiver Alkoholkonsum in paradoxer Weise gegen viele Todesursachen. Je giftiger die Substanz desto stärker der Schutz. Handelt es sich um ein sofort tödliches Gift, so kann man den Krebs- und Herz/Kreislauftod bei den Betroffenen sogar vollständig verhindern.

Denkfehler 2:

Für weitere Verwirrung sorgt, dass bestimmte Eigenschaften von Menschen deren Umgang mit Alkohol bestimmen, und dass diese Eigenschaften nicht Folge des Umgangs mit Alkohol sind. Hinsichtlich Alkoholkonsum und Wohlbefinden stellt sich das folgendermaßen dar: Menschen, die sich wohlfühlen, körperlich gesund, zufrieden, geistig rege und erfolgreich sind, haben eine höhere Lebenserwartung und können in der Regel ihren Alkoholkonsum ein Leben lang auf unbedenklichem Niveau halten. Menschen, die sich weniger wohlfühlen, sind erheblich gefährdeter Alkohol zur Selbstmedikation einzusetzen und dann rasch gesundheitsbedrohliche Alkoholmengen zu konsumieren. Manche der gefährdeten Personen ahnen das und werden zu - oft missionarisch agierenden - Abstinenzlern und entgehen so der Gefahr. Es ist angesichts dieser Mechanismen kein Wunder, dass sich die Gesunden, Zufriedenen und Erfolgreichen in der Gruppe der mäßigen Alkoholkonsumenten häufen. Daraus den Schluss zu ziehen, dass mäßiger Alkoholkonsum all diese günstigen Eigenschaften hervorruft, ist eine Umkehrung von Ursache und Wirkung und ähnlich unsinnig, wie aus dem Umstand, dass die meisten Menschen im Krankenhaus sterben, abzuleiten, dass man die Lebenserwartung durch das Schließen aller Krankenhäuser steigern könnte.

Es gibt nur einen kleinen Bereich, wo man im Lichte seriöser wissenschaftlicher Untersuchungen derzeit nicht ausschließen kann, dass geringe Mengen Alkohol tatsächlich eine gesundheitsfördernde Wirkung haben könnten, und das sind koronare Herzerkrankungen - und auch hier nur bei Menschen in höherem Alter. Man muss hier aber, sollte der Effekt sich tatsächlich in relevantem Umfang bestätigen, bedenken, dass dieser auch bei mäßigen Alkoholkonsumenten durch eine Fülle negativer Alkoholwirkungen kompensiert bis überkompensiert wird. Alkohol schädigt bekanntlich fast alle menschlichen Organsysteme erheblich.

Nachdem der Alkoholkonsum - aus der Sicht des Gesundheitssektors erfreulicherweise, aus der Sicht der Alkoholproduzenten bedrohlicherweise - bereits seit über 30 Jahren leicht rückläufig ist, unternehmen die Produzenten nun viel, um ihren Produkten ein positives Image zu verpassen. In diesem Sinne ist auch die Veranstaltung "Bier und Gesundheit" zu interpretieren, die sich nahtlos in ein konsequentes Werbeprogramm für Bier fügt. Zunächst wurde konsequent das Image "Bier und Spaß" bzw. "Bier und Erotik" (z.B. http://www.clankfp.org/files/nucleonic/carling_frustrating.wmv) gefördert. Mit der Aktion "Bock auf Bier - so macht Biertrinken Sinn" - pro Krügel gehen 10 Cent an die Asylantenhilfe der Frau Bock - <http://www.fraubock.at>) wird nun auch das Image "Bier und soziale Einstellung" gefördert. Mit Veranstaltungen wie der oben erwähnten soll Bier jetzt im öffentlichen Bewusstsein auch noch als "Gesundheitsgetränk" und "Wellness-Getränk" etabliert werden.

Die PR-Methoden, die eingesetzt werden, sind nicht neu und nutzen für sich sowohl den aktuellen Gesundheitstrend als auch die menschliche Dummheit. Wer gesund ist und sich ausgewogen ernährt, hat keinen Bedarf an zusätzlichen Nährstoffen, und der Hinweis, dass ein Nahrungsmittel bestimmte Vitamine, Mineralstoffe, Kohlenhydrate etc. enthält, ist damit völlig irrelevant. Wenn es bei jemandem krankheits- oder ernährungsbedingt zu einem Mangel an bestimmten Stoffen kommt, bedarf es einer ärztlichen Untersuchung und eines individuellen Therapieplans - und der Hinweis auf die Zusammensetzung von Nahrungsmitteln ist für den betroffenen Konsumenten ebenfalls weitgehend verzichtbar. Dazu kommt, dass es immer um ein Gesamtprodukt geht und nicht, um die einzelnen Inhaltsstoffe, die betont werden. Mit dem Hinweis, dass wichtige Nährstoffe enthalten sind, könnte man analog zu Bier, auch verdorbenen Fisch oder dioxinverseuchtes Gemüse anpreisen - und die Betonung, dass Bier weniger Problemstoffe als andere Nahrungsmittel enthält - z.B. weniger Pflanzenschutzmittel als Gemüse, weniger Fett hat als Schweinefleisch und weniger Mykotoxine als Schimmelkäse, überzeugt auch nicht wirklich. Dafür enthalten Gemüse, Schweinefleisch und Schimmelkäse keinen Alkohol. Dass sich einige Ärzte und Wissenschaftler so unverblümt vor den Karren der Bierindustrie spannen lassen, muss verwundern.

Zusammenfassend möchte ich sagen, dass für gesunde Menschen zwar nichts gegen den maßvollen Umgang mit Alkohol spricht - auch ich trinke gerne mal ein Glas Bier -, es muss allerdings das Bewusstsein dafür gestärkt werden, dass man mit einem durchaus gefährlichen Stoff hantiert, den man nicht unterschätzen sollte. Nur wer sich des Sucht- und Gesundheitsrisikos voll bewusst ist, kann adäquate Risikominimierung betreiben. Den Versuch der Industrie der Bevölkerung Sand in die Augen zu streuen und das Risiko des Bierkonsums durch unsinnige Schlussfolgerungen, unseriöse Andeutungen und Halbwahrheiten klein zu reden bzw. sogar ins Gegenteil umzudrehen, sollten nicht unwidersprochen hingenommen werden. Solchen Versuchen sollte Medizin, Forschung, Prävention und Gesundheitspolitik entschieden entgegengetreten - auch wenn die für Gesundheitsförderung und Suchtprävention zur Verfügung stehenden Mittel nur einen kleinen Bruchteil des Werbebudgets der Industrie ausmachen und die Bestrebungen zur Objektivierung daher immer dem Kräfteverhältnis von "David gegen Goliath" entsprechen.

Anhang 1: Presseausendung des Verbands der Brauereien Österreichs am 16.06.2003 zum Thema „Rund ums Bier“

<http://bier.oesterreich.com/2001/documents/newspublisher/Stories/2003/06/16/10557821703.shtml>

Dass Bier Vitamine aus seinen natürlichen Rohstoffen enthält, ist hinlänglich bekannt. Dass maßvoller Bierkonsum viele positive Auswirkungen auf die Gesundheit haben und der Vorbeugung zahlreicher Krankheiten dienen kann, wissen Wenige. Wissenschaftlich belegt wurde dies heute von zahlreichen internationalen Experten im Wiener Palais Eschenbach im Rahmen des Symposiums „Bier und Gesundheit“, welches von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung, Sektion Süd, und vom Verband der Brauereien Österreichs initiiert wurde. Namhafte Experten und Wissenschaftler sind sich sicher, dass Bier - maßvoll genossen - viele positive Wirkungen auf die Gesundheit haben kann.

Frau Bundesministerin für Gesundheit und Frauen Maria Rauch-Kallat weist in ihrem Eröffnungsstatement auf die Vorzüge von maßvollem Biergenuss vor allem in der heißen Jahreszeit hin: „Bier ist das beste aller Getränke, vor allem als Durstlöscher, wenn es in Maßen genossen wird.“

ÖVP-Generalsekretär Dr. Reinhold Lopatka, Parlamentarier-Weltmeister 2003 im Marathon, zeigt sich davon überzeugt, dass sich Bier und Sport ausgezeichnet vertragen. Nicht nur er, sondern „mindestens jeder zweite Sportler“, sieht im Bier den idealen Durstlöscher – im Zeitalter der „Power- und Iso-Drinks“ ein höchst bemerkenswertes Ergebnis. Bier wird von den sportlich Aktiven wegen der Erfrischung und seiner Reinheit genossen. Mit seinem hohen Wasseranteil (bei relativ geringem Alkohol) und dem ebenso hohen Gehalt an Mineralstoffen (Kalium, Magnesium etc.) und Vitaminen ersetzt das praktisch isotone Bier die beim Sport verlorene Flüssigkeit, seine schnell verfügbaren Kohlehydrate wirken als Energiespender.

Weltweit wurden bereits hunderte Untersuchungen durchgeführt und publiziert. Dennoch sind sie in unseren Breiten zu wenig bekannt. Hier die wichtigsten Erkenntnisse:

Bier – traditionell im Dienste der Gesundheit

Prof. Dr. Antonio Gasbarrini von der Katholischen Universität Rom weist darauf hin, dass Bier schon seit je her medizinische Bedeutung genoss. So verabreichte bereits Hippokrates den alten Griechen bei Fieber ein kühles Bier. Zahlreiche Studien aus der jüngsten Vergangenheit belegen, dass das Naturheilmittel Bier auch für die heutige Medizin zunehmend interessanter wird. Für Univ.-Prof. Dr. Manfred Walzl von der Landesnervenklinik Graz könnte Bier „zu einer wissenschaftlichen Herausforderung für die Medizin“ werden.

Ein natürliches Lebensmittel mit gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen

Die Volksmedizin hat schon immer Bier als positiven Beitrag zu einer ausgeglichenen Ernährung anerkannt. Wissenschaftlich bestätigt wird diese Tatsache von Dr. Caroline J. Walker von Brewing Research International. Sie beschreibt Bier als wichtigen Vitaminlieferanten. Vor allem der Wirkstoff Folat (Vitamin B 9) steht im Mittelpunkt ihrer Betrachtungen. Dies deshalb, weil Folsäure vor Herzgefäßerkrankungen und Krebs schützt. Prof. Dr. med. Wolfgang Koenig, Universität Ulm, verweist in diesem Zusammenhang in seinem Statement „Bier: Schutzfaktor bei Herz/Kreislauf-Erkrankungen?“ auf eine Vielzahl von epidemiologischen Langzeitstudien, die das bestätigen.

Auch die Krebsforschung beschäftigt sich schon seit längerer Zeit mit der heilenden Wirkung von Bier-Inhaltsstoffen. Hopfen, und hier vor allem der Inhaltsstoff Xanthohumol, stehen im Mittelpunkt der Untersuchungen von Dr. Norbert Frank vom Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg. Man ist dabei, die krebshemmende Wirkung dieses Inhaltsstoffes nachzuweisen. Insgesamt sieht Dr. Frank im Hopfen ein hohes gesundheitsförderndes Potenzial, welches „in seinem Ausmaß noch nicht vollständig erkannt ist“. Dies wird auch von Univ. Prof. Dr. Ing. Werner Back von der Technischen Universität München-Weihenstephan bestätigt.

Gegen welche Erkrankungen sich Bier sonst noch positiv auswirkt, zeigt Dr. Jonathan J. Powell vom King's College London auf. Er belegt, dass Bier ein wirksames Mittel zur Vorbeugung von Osteoporose ist. Bier sei, so der englische Experte, der wichtigste Lieferant von Silizium. Jenem Element, das für das gesunde

Wachstum von Knochen, Knorpeln, Arterien und Haaren erforderlich ist.

„Wir freuen uns, dass es gelungen ist, in Wien ein so prominent besetztes Dialogforum zu initiieren und sehen es als Auftrag, diesen Meinungsaustausch auch weiterhin zu fördern“, so KR Johann Sulzberger, Obmann des Verbandes der Brauereien Österreichs. Das große Interesse an diesem Symposium habe gezeigt, dass Bier als reines Naturprodukt nicht nur Konsumenten erfreut, sondern auch von wissenschaftlicher Seite immer mehr Aufmerksamkeit genießt.

Anhang 2:

Werbekarten des deutschen Brauereibundes e.v.

<http://www.brauer-bund.de/bierfans/postkarte>

