



In Zusammenarbeit mit:

Sucht Schweiz, Fachverband Sucht,
Groupement Romand d'Etudes des Addictions (GREA),
Ticino Addiction und Kantonen

Faktenblatt zum Alkoholkonsum

Datum: 15.4.2015

Jede fünfte Person trinkt regelmässig zu viel und/oder zu oft

Die meisten Menschen in der Schweiz geniessen gerne Wein, Bier oder Spirituosen. Sie tun dies bei Gelegenheiten wie Feiern und gemütlichen Runden. Doch immer wieder übertreiben es einige, indem sie zu viel, zu oft oder zur falschen Zeit trinken.

Gut ein Fünftel der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren (22%) konsumierte im Jahr 2013 risikoreich Alkohol. Als risikoreicher Alkoholkonsum gilt:¹

- Episodisch risikoreicher Konsum, definiert als 50-60 Gramm oder mehr Reinalkohol (ab ca. 5 Standardgläser) bei einer Gelegenheit bei Männern und ab 40-50 Gramm Reinalkohol (ab ca. 4 Standardgläser) bei Frauen.
- Chronisch risikoreicher Konsum, definiert als >40 Gramm Reinalkohol (ab ca. vier Standardgläser) im Durchschnitt pro Tag bei Männern und >20 Gramm Reinalkohol (ab ca. zwei Standardgläser) bei Frauen.

Mindestens monatlicher episodisch risikoreicher Alkoholkonsum war dabei bei 18.1% der Bevölkerung verbreitet. Dieses Konsummuster ist mit einem erhöhten Risiko für Unfälle, Verletzungen, Gewalt und weiteren akuten Folgen wie ungeschütztem Geschlechtsverkehr verbunden, sowie mit einem erhöhten Risiko für bestimmte chronische Krankheiten und dem Risiko von Alkoholintoxikationen. 0.9% der Bevölkerung konsumierten ausschliesslich chronisch risikoreich. Diese Verhaltensweise ist zusätzlich mit einem erhöhten Risiko für eine Reihe von chronischen Krankheiten verbunden. 3.0% zeigten beide Verhaltensweisen.

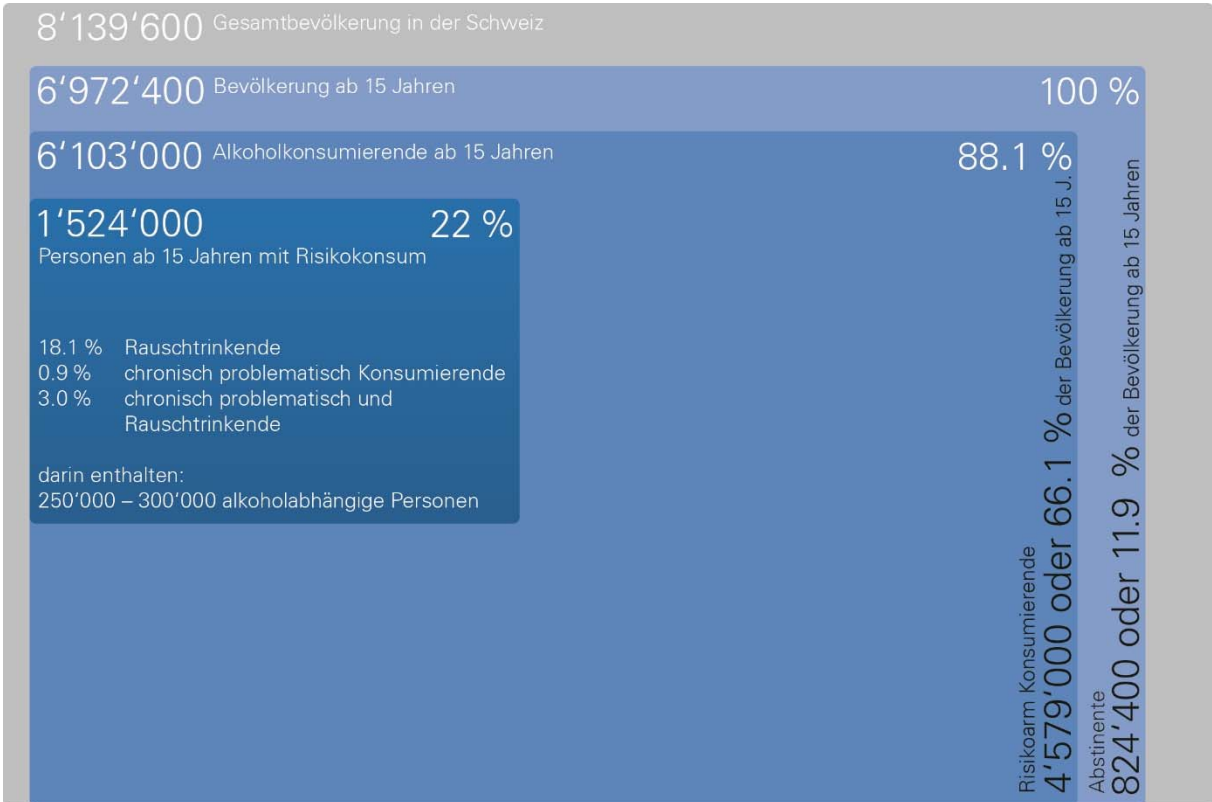
¹ Gemäss Suchtmonitoring, entlang internationaler Normen.

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.



Quelle: Suchtmonitoring Schweiz 2014

Der risikoreiche Alkoholkonsum ist im Vergleich zum Vorjahr konstant geblieben und im Vergleich zum Jahr 2011 leicht angestiegen (2011: 20.1%, 2013: 22%).

In den letzten Jahren sind leichte Verschiebungen bei der Häufigkeit des Alkoholkonsums zu beobachten. Während der im Rahmen der [Schweizerischen Gesundheitsbefragung](#) (SGB) berichtete mindestens tägliche Konsum abgenommen hat (1992: 20.4%, 2012: 13.0%), fand beim mehrmals wöchentlichen (aber nicht täglichen) Konsum zusammen mit dem Konsum ein- oder zweimal pro Woche eine leichte Zunahme statt (1992: 37.6%, 2012: 44.0%).

Der Alkoholkonsum in der Schweiz ist im langfristigen Vergleich zurückgegangen: Der Pro-Kopf-Verbrauch von reinem Alkohol in der Gesamtbevölkerung lag in den 1930er Jahren noch bei 12.1 Liter. Im zweiten Weltkrieg sank er auf 7.6 Liter. Nach einem Anstieg bis in die 80er Jahre auf 10.9 Liter waren es im Jahr 2013 noch 8.3 Liter (EAV, Alkohol in Zahlen 2013). Jedoch nahm die Konsummenge bei den 15- bis 24-Jährigen gemäss Daten der Schweizerischen Gesundheitsbefragung SGB zwischen 1997 und 2012 um 30 Prozent zu. Die Abstinenzrate sank im gleichen Zeitraum in dieser Altersgruppe von 25.8% auf 18.5%.

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

Alkoholkonsum in der Schweiz verglichen mit den Nachbarländern im Mittelfeld

Im internationalen Vergleich liegt die Schweiz beim Alkoholkonsum im Mittelfeld. 2010 betrug der jährliche Verbrauch von reinem Alkohol pro Kopf der Bevölkerung ab 15 Jahren 10.7 Liter.² Das sind 4,5 Liter mehr als der globale Durchschnitt. In Europa wird deutlich mehr getrunken als im globalen Durchschnitt (10.9 Liter gegenüber 6.2 Liter weltweit). Im Vergleich mit den Nachbarländern konsumiert die Schweiz deutlich mehr als Italien (6.7 Liter), etwas mehr als Österreich (10.3 Liter), jedoch weniger als Deutschland (11.8 Liter) und Frankreich (12.2 Liter).³

Diverse Krankheiten durch Alkohol mitverursacht

Alkohol kann je nach Konsummenge und -muster viele Krankheiten, Unfälle und Leiden verursachen. Die WHO geht von über 60 Krankheitsbildern im Zusammenhang mit Alkoholkonsum aus und bei weiteren 200 Krankheiten wird das Risiko einer Erkrankung durch Alkoholkonsum beeinflusst.⁴ Zu viel Alkohol kann praktisch jedes Organ schädigen. Regelmässiger Konsum in grösseren Mengen erhöht so das Risiko für Krankheiten wie Leberzirrhose, psychische Krankheiten und Krebs. Auch das Herzinfarktrisiko steigt, da Alkohol den Blutdruck erhöht. Regelmässiger hoher Alkoholkonsum kann weiter zu Hirnschäden führen und psychische Erkrankungen wie Depressionen und Psychosen begünstigen. Je mehr Alkohol getrunken wird, desto grösser sind die Risiken und desto grösser die möglichen Schädigungen. Zudem schwächt übermässiger Alkoholkonsum das Immunsystem. Schon massvoller Konsum kann den Verlauf bestehender Krankheiten – sowohl von Infektionskrankheiten (von Grippe bis Aids) wie auch von chronischen Krankheiten (Bluthochdruck, Leberzirrhose etc.) – negativ beeinflussen. Darüber hinaus erhöht sich mit regelmässigem Alkoholkonsum die Gefahr einer Abhängigkeit.

Es gibt zwar Hinweise dafür, dass bei gesunden erwachsenen Menschen leichter bis moderater Alkoholkonsum (ein bis zwei Gläser pro Tag) das Erkrankungs- und Sterberisiko für gewisse Herzkrankheiten, Schlaganfälle und Diabetes Typ II senkt. Dies ist jedoch nur dann der Fall, wenn das leichte bis moderate Trinkmuster nicht durch Rauschtrink-Episoden unterbrochen wird. Zudem wird dieser protektive Effekt für gewisse Krankheiten wohl durch die Schädlichkeit für andere Krankheiten wettgemacht. Von neueren Studien wird ausserdem in Frage gestellt, ob die festgestellte protektive

² International wird nur die Bevölkerung über 15 Jahren berücksichtigt, weshalb der Durchschnittsverbrauch pro Kopf höher liegt als der im vorderen Abschnitt genannte Durchschnittswert pro Kopf der Gesamtbevölkerung.

³ WHO Global status report on alcohol and health 2014

⁴ Rehm, J., Baliunas, D., Borges, G., Graham, K., Irving, H., Kehoe, T., Parry, C., Patra, J., Popova, S., Poznyak, V., Roerecke, M., Roome, R., Samokhvalov, A., Taylor, B. (2010a): The relation between different dimensions of alcohol consumption and burden of disease – an overview. *Addiction*. 2010 May; 105(5): 817-843.

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

Wirkung dem Alkohol zuzuschreiben ist oder ob andere Faktoren (z.B. Lebensstil) für die protektiven Effekte ausschlaggebend sind.⁵

Wer bei einer Gelegenheit grosse Mengen konsumiert, geht auch ein erhöhtes Risiko für Unfälle, gewaltbedingte Verletzungen und weitere akute Folgen ein, wovon insbesondere Jugendliche und junge Erwachsene betroffen sind.⁶ Die meisten Studien gehen von monoton ansteigenden Risiken aus. Schon bei geringer Blutalkoholkonzentration besteht demnach ein erhöhtes Risiko für Unfälle, welches mit der Blutalkoholkonzentration ansteigt. Ab 0.3 Promille ist das erhöhte Risiko unbestritten. Das individuelle Verhalten hat dabei auch einen wichtigen Einfluss. Je höher die Konsummenge, je häufiger die Gelegenheiten und je risikofreudiger das Verhalten umso höher ist das Lebenszeitrisiko für alkoholbedingte Verletzungen oder Todesfälle.⁷

Alkohol ist krebserregend

Es liegen hinreichende Evidenzen dafür vor, dass Ethanol grundsätzlich krebserregend ist. Es zeigt sich bei allen Krebsarten eine Dosis-Wirkungsrelation. So liefert z.B. die Meta-Analyse von Bagnardi et al. (2013)⁸ Evidenzen dafür, dass das Krebsrisiko für Mund-, Rachen- und Speiseröhrenkrebs und für Brustkrebs bei Frauen mit zunehmenden Konsummengen signifikant ansteigt. Dies ist schon ab geringen Dosen (1 Standardglas pro Tag) der Fall. Wenn auch das Risiko in absoluten Zahlen gering ist, so ist die Wirkung für die öffentliche Gesundheit aufgrund der hohen Prävalenz von leichten Trinkern nicht zu unterschätzen.

Für die Entstehung von Brustkrebs bergen beispielsweise schon kleine Mengen konsumierten Alkohols ein Risiko, das gleichförmig mit zunehmender Menge ansteigt: ca. 7% zusätzliches Risiko pro 10g zusätzlichen Alkohol pro Tag.⁹ Schätzungsweise sind rund 4% der Fälle von Brustkrebs auf Alkohol zurückzuführen.

Jeder 10. Todesfall bei 15-74-jährigen Männern ist auf Alkohol zurückzuführen

Nach Schätzungen gab es im Jahr 2011 in der Schweiz gesamthaft rund 1600 Todesfälle wegen Alkohol bei den 15-74-Jährigen. Das sind etwa fünf Mal mehr als in diesem Jahr im Strassenverkehr

⁵ Fekjær, H. O. (2013): *Alcohol – a universal preventive agent? A critical analysis*. In: *Addiction*. doi: 10.1111/add.12104

⁶ Siehe hierzu z.B. Wechsler et al. 1994, *health and behavioural consequences of binge drinking in college*.

⁷ Siehe z.B.: *Australian guidelines to reduce health risks from drinking alcohol*, National Health and Medical Research Council, Commonwealth of Australia 2009

⁸ Bagnardi V, Rota M, Botteri E, Tramacere I, Islami F, Fedirko V, Scotti L, Jenab M, Turati F, Pasquali E, Pelucchi C, Bellocco R, Negri E, Corrao G, Rehm J, Boffetta P, La Vecchia C.: Light alcohol drinking and cancer: a meta-analysis. *Ann Oncol*. 2013 Feb;24(2):301-8.

⁹ Rehm, J., Baliunas, D., Borges, G., Graham, K., Irving, H., Kehoe, T., Parry, C., Patra, J., Popova, S., Poznyak, V., Roerecke, M., Roome, R., Samokhvalov, A., Taylor, B. (2010a): The relation between different dimensions of alcohol consumption and burden of disease – an overview. *Addiction*. 2010 May; 105(5): 817-843.

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

getötet wurden.¹⁰ Das heisst, in der Altersgruppe von 15 bis 74 Jahren ist bei Männern jeder 10. und bei Frauen jeder 17. Todesfall auf Alkohol zurückzuführen. Grund der alkoholbedingten Mortalität sind hauptsächlich Krebserkrankungen, Unfälle und Verletzungen und Krankheiten des Verdauungstraktes. Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind alkoholbedingte Todesfälle vor allem auf Verletzungen zurückzuführen, im mittleren Erwachsenenalter auf Krankheiten des Verdauungstraktes (Leberzirrhose und Pankreatitis) und bei älteren Menschen auf Krebs.¹¹

Krebsrisiko wenig bekannt

Das Wissen über die krebserregende Wirkung von Alkohol ist bei der Mehrheit der Bevölkerung noch nicht verbreitet. Dies zeigen Ergebnisse einer repräsentativen Befragung des Suchtmonitoring Schweiz aus dem Jahr 2014.¹² Die Zustimmung zu den drei erfragten Krebsarten als mögliche Auswirkung des Alkoholkonsums lag für Mund-Rachenkrebs bei 45.6%, für Dickdarm- und Mastdarmkrebs bei 49.2% und für Brustkrebs bei Frauen nur bei 20.5%. Dies obwohl Krebserkrankungen eine der Hauptursachen alkoholbedingter Mortalität sind. Hier besteht Aufklärungsbedarf.

Auch die Menge an Alkohol, die bei einer Gelegenheit ohne Gesundheitsrisiko konsumiert werden kann, wurde von fast der Hälfte der Befragten überschätzt. 45.6% waren der Meinung, dass Männer innert sechs Stunden fünf Gläser und mehr trinken können, ohne ein Risiko für ihre Gesundheit einzugehen. Auch die unbedenkliche Konsummenge bei einer Gelegenheit für Frauen wurde von 49.6% der Befragten überschätzt.

¹⁰ 2011 gab es im Strassenverkehr in der Schweiz 320 Todesfälle, davon 53 alkoholbedingt. Quelle: bfU, SINUS-Report 2012.

¹¹ Marmet, S., Gmel, G., Gmel, G., Frick, H., Rehm, J., Shield, K.D.C. (2013). Alcohol-attributable mortality in Switzerland between 1997 and 2011. Lausanne: Addiction Suisse.

¹² Marmet, S., Notari L., Gmel, G. (2014). Suchtmonitoring Schweiz - Themenheft Wissen und Einstellungen zum Thema Alkohol und Gesundheit in der Schweiz im Jahr 2014. Sucht Schweiz: Lausanne, Schweiz

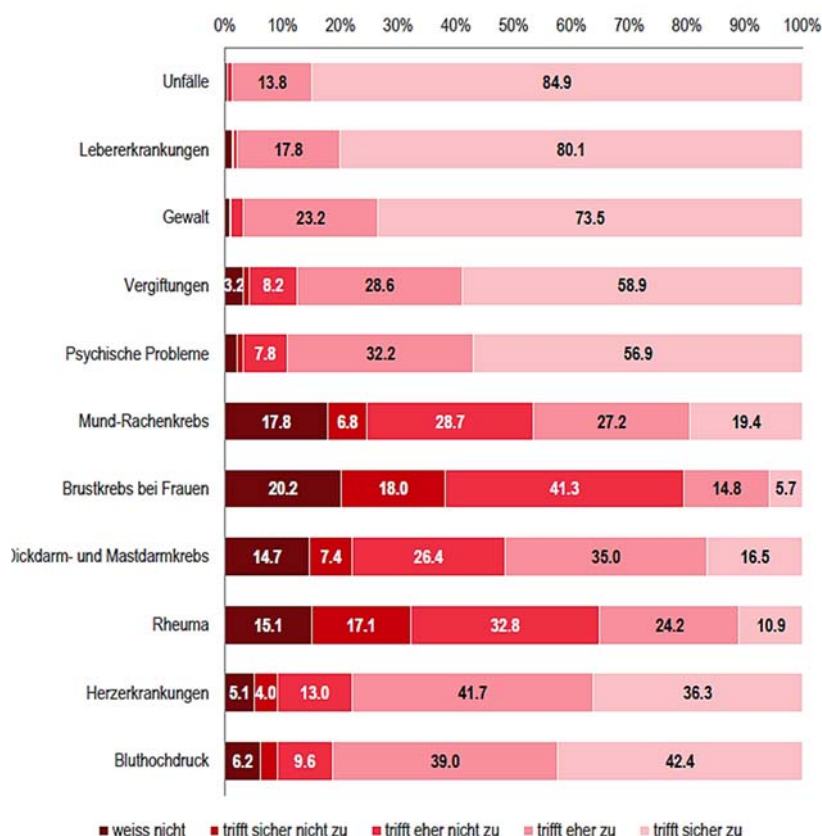
Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

Zustimmung zur negativen Auswirkung des Alkoholkonsums auf bestimmte Krankheiten bzw. Unfälle, nur Total (n=2'858), Januar bis Juni 2014



Quelle: Suchtmonitoring Schweiz 2014

Die Hälfte der Gewaltdelikte im öffentlichen Raum ist alkoholassoziiert

Rund die Hälfte der Schweizer Bevölkerung fühlt sich mindestens ein Mal pro Jahr von einer alkoholisierten Person belästigt oder wurde gar angegriffen. Dies ergab eine repräsentative Umfrage im Rahmen des Forschungsprojekts Suchtmonitoring Schweiz, welche seit Mai 2014 vorliegt.

Eine weitere Studie aus dem Jahr 2014 zeigte, dass bei rund der Hälfte der untersuchten Gewaltdelikte im öffentlichen Raum Alkohol im Spiel war. Besonders hoch war der Anteil alkoholassoziiert Vorfälle bei Körperverletzungen, Tötlichkeiten, Streitigkeiten sowie Ruhestörungen mit je 70% oder höherem alkoholassoziierten Anteil.¹³

Auch im Bereich der häuslichen Gewalt spielt Alkohol eine negative Rolle. Von den 2013 in einer Studie¹⁴ untersuchten gewaltbetroffenen Frauen, die sich an eine Beratungsstelle wenden, geben

¹³ Laubereau et al. 2014, *Alkohol und Gewalt im öffentlichen Raum*, Interface Politikstudien, Hochschule Luzern

¹⁴ Gloor D.; Meier H., 2013, *Gewalt in der Partnerschaft und Alkohol*, Social Insight GmbH, Schinznach-Dorf

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

48% einen problematischen Alkoholkonsum in der Partnerschaft an. In neun von zehn Fällen ist es der Mann, der trinkt. Auf jedes vierte Paar trifft die Aussage zu, dass das Gewaltverhalten mit dem Konsum von Alkohol gleichzeitig vorkommt (Opferberatung: 25%; Gewaltberatung: 22%), d.h., dass in einem Viertel der Fälle immer Alkoholkonsum beim Auftreten der Gewalt eine Rolle spielt. Diese Beobachtungen betreffen alle sozialen Schichten und Altersklassen. In zwei von drei Fällen der Paargewalt an Frauen leben auch Kinder im Haushalt, von denen die Hälfte unter zehn Jahre alt ist.

4.2 Milliarden CHF gesellschaftliche Kosten pro Jahr

Missbräuchlicher Alkoholkonsum belastet die gesamte Gesellschaft. 4,2 Milliarden Franken kostete der Alkoholkonsum die Schweizer Öffentlichkeit im Jahr 2010. Zu diesem Schluss kommt die vom BAG in Auftrag gegebene Studie «Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz», die seit März 2014 vorliegt. Neben Ausgaben im Gesundheitswesen oder bei der Polizei fallen die Ausfälle an Produktivität in der Wirtschaft am meisten ins Gewicht.

Überblick: Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz

	Kosten in Mio. CHF	Anteil an Gesamtkosten
Wirtschaft	3'360	80 %
Produktivitätsverluste durch Mortalität ¹ und Morbidität ²	2'185	52 %
Direkte Produktivitätsverluste ³	1'175	28 %
Gesundheitswesen	613	15 %
Stationäre Behandlung	405	10 %
Ambulante Behandlung	208	5 %
Strafverfolgung	251	6 %
Polizei	113	3 %
Strafvollzug	75	2 %
Justiz	64	2 %
Total	4'224	100 % ⁴

1) Frühzeitige, alkoholbedingte Todesfälle

2) Verlust von Arbeitskraft durch Krankheit und frühzeitige Pensionierung

3) Verminderte Arbeitsleistung oder kurzfristige Ausfälle

4) Aufgrund von Rundungen leichte Differenz

Quelle: *Telser et al. 2014, Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz, Polynomics*

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Abteilung Kommunikation und Kampagnen, Sektion Kommunikation, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.