

Pressemitteilung

Alkohol im Alter – ein unterschätztes Problem

Aktueller „ALKOHOLSPIEGEL“ der BZgA gibt Tipps für gezielte Ansprache älterer Zielgruppen in der Präventionsarbeit

Köln, 07. Juni 2018. Etwa 400.000 ältere Menschen in Deutschland konsumieren missbräuchlich Alkohol oder sind alkoholabhängig. Die Zahl der Betroffenen wird in den kommenden Jahren aufgrund des demografischen Wandels stark zunehmen, prognostizieren Experten. Welche Besonderheiten in der Alkoholprävention zu berücksichtigen sind, um ältere Menschen mit Informationen zu erreichen, ist Thema der neuen Ausgabe des Newsletters „ALKOHOLSPIEGEL“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

„Mit zunehmendem Alter verändert sich die Wirkungsweise des Alkohols. Bei älteren Menschen sinkt der Flüssigkeitsanteil im Körper, in dem sich der aufgenommene Alkohol verteilt. Die Alkoholkonzentration im Blut steigt folglich bei gleichen Konsummengen an“, erläutert **Dr. med. Heidrun Thaiss**, Leiterin der BZgA. „Außerdem kann Alkoholkonsum bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten zu gefährlichen Wechselwirkungen führen. Es ist daher wichtig, riskanten Alkoholkonsum bei Älteren offen anzusprechen. Fachkräften und Angehörigen stellt die BZgA Informationen für eine adressatenspezifische Beratung sowie Empfehlungen zur Ansprache zur Verfügung.“

Immer mehr Jugendliche trinken keinen Alkohol

Eine erfreuliche Entwicklung weisen die BZgA-Repräsentativbefragungen zum Alkoholkonsum Jugendlicher aus, wie der „ALKOHOLSPIEGEL“ weiter berichtet. So nimmt der Anteil der 12- bis 25-Jährigen, die angeben, keinen Alkohol zu trinken, stetig zu. „Unserem Ziel, Kinder und Jugendliche frühzeitig für einen verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol zu sensibilisieren, kommen wir damit näher“, betont **Dr. Thaiss**. Die neue Ausgabe des Newsletters gibt einen Überblick, mit welchen Präventionsangeboten die vom Verband der Privaten Krankenversicherung e. V. (PKV) geförderte BZgA-Kampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ Kommunen und Schulen in der Alkoholprävention unterstützt. Ein weiterer Kanal, um Jugendliche direkt in ihren Lebenswelten zu erreichen, ist der neue Instagram-Account der „Alkohol? Kenn dein Limit.“-Kampagne.

Negative Effekte von Alkoholkonsum nach dem Sport

Warum Alkoholkonsum nach sportlichen Aktivitäten schadet, erläutert Professor Dr. med. Helmut Seitz im Interview mit dem „ALKOHOLSPIEGEL“. Alkoholische Getränke verstärken den Flüssigkeits- und Mineralstoffverlust, der durch das Training ohnehin einsetzt. Das könne im Extremfall sogar Herzrhythmusstörungen verursachen, erklärt der Direktor des Alkoholforschungszentrums der Universität Heidelberg.

>> Seite 2

Der BZgA-„ALKOHOLSPIEGEL“ informiert zwei Mal jährlich Suchtberatungsstellen, medizinische Einrichtungen, weitere Multiplikatorinnen und Multiplikatoren und Interessierte über aktuelle Hintergrundinformationen und Aktivitäten zu Themen der Alkoholprävention.

Der „ALKOHOLSPIEGEL“ steht unter www.bzga.de/presse/publikationen zum Download bereit. Er kann unter www.bzga.de/infomaterialien/alkoholpraevention/alkoholspiegel sowie per Fax unter 0221-8992257 oder per E-Mail unter order@bzga.de kostenfrei bei der BZgA bestellt werden.

Mehr Informationen der BZgA zum Thema „Alkohol im Alter“:

Im Internetangebot der BZgA-Alkoholpräventionskampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ für Erwachsene sind in der Rubrik „Informieren“ Fakten und Hilfen zusammengestellt, die sich an Ältere richten www.kenn-dein-limit.de/alkohol/im-alter/. Unter „Für Fachkräfte“ finden unter anderem Pflegekräfte Tipps und Adressen von Beratungsstellen vor Ort. Unter „Für Angehörige“ können sich Familienangehörige von Betroffenen informieren und Empfehlungen erhalten, wie beispielsweise ein problematischer Umgang mit Alkohol angesprochen werden kann.

Weitere Angebote der BZgA für die Zielgruppe der älteren Menschen:

www.aelter-werden-in-balance.de

www.gesund-aktiv-aelter-werden.de