

## Zu viel Alkohol lässt das Gehirn schrumpfen

Trunkenheitsfahrten: „Schutzengel“ sollen auf junge Partygänger aufpassen

VON MICHAEL WERK

**Obernkirchen.** Der Fachbereich Jugendpflege des Landkreises hat mit der BKK24 eine Fortbildung für „Schaumburger Schutzengel“ ausgerichtet. Als Referentinnen fungierten zwei Expertinnen des Essener Unternehmens Team Gesundheit/Gesellschaft für Gesundheitsmanagement mbH – die Sportwissenschaftlerin Dr. Ann-Katrin Kurz und die Gesundheitswissenschaftlerin Marieke Leder. Die mehrstündige Veranstaltung in den Räumen der Krankenkasse war ein Beitrag zu einem vom Verkehrsclub ADAC initiierten, überregionalen „Schutzengel“-Projekt zur Alkoholprävention.

„Es geht nicht darum, mit dem erhobenen Zeigefinger vor Alkohol zu warnen“, erklärte Claudia Kittel-Seifert, Sozialarbeiterin beim Landkreis. Vielmehr wolle man junge Leute über die Gefahren übermäßigen Konsums informieren und sie animieren, „Verantwortung für Andere zu übernehmen und Zivilcourage zu zeigen“.

Die bei dem Projekt mitmachenden jungen Leute – „Schutzengel“ genannt – sollen bei Diskothekenbesuchen, Kneipenbummeln, Zeltfesten und privaten Feten bei aller Fröhlichkeit ein waches Auge

auf Freunde und Bekannte werfen und sie davon abhalten, bei Betrunkenen im Auto mitzufahren oder sich alkoholisiert ans Steuer zu setzen. Denn oft führen Fahrten unter Alkohol zu schweren Verkehrsunfällen mit tödlichem Ausgang für die Fahrzeuginsassen und andere.

Zurück zum aktuellen Seminar, dem eine Reihe gleichartiger Veranstaltungen folgen sollen: Keineswegs wolle man Alkohol „verteufeln“, zumal dessen Genuss gesellschaftlich anerkannt sei, betonte Leder. Doch obwohl die mit einem übermäßigen Konsum verbundenen Risiken bekannt seien, gehe es hinsichtlich des verantwortungsvollen Umgangs mit dieser Volksdroge oft leider schief. Diesem Problem wolle man mit Aufklärung begegnen.

In die Runde der zehn Teilnehmer (mehrheitlich Auszubildende des Landkreises respektive der BKK24) gefragt, warum diese Alkohol trinken, bekam Dr. Ann-Katrin Kurz, folgende Antworten: „Es gehört dazu“ und „man kennt das halt nicht anders“, verriet etwa eine junge Frau, während ein junger Mann einräumte, dass auch „gesellschaftlicher Druck“ dazu führe, bei Partys oder Kneipenbesuchen Alkohol statt anti-alkoholischer Getränke zu trinken. Ferner wurden die ent-



Die „Schaumburger Schutzengel“ sollen als Multiplikatoren auftreten, indem sie die Idee des Projektes verbreiten, erklärte Claudia Kittel-Seifert, Sozialarbeiterin beim Landkreis Schaumburg. wk

hemmende Wirkung („Auflockern“) alkoholhaltiger Getränke, ein mit deren Genuss verbundener „Spaßfaktor“ und eine tröstende Wirkung von Alkohol bei Liebeskummer sowie bei Stress mit Eltern, Partnern und anderen genannt.

Vor diesem Hintergrund informierte Leder, dass in den vergangenen Jahren „eine allgemeine Zunahme von extensivem Alkoholkonsum“ zu verzeichnen sei. Zwar gebe es bei Jugendlichen seit 2004 einen Rückgang des Alkoholkonsums, demgegenüber sei die

Anzahl der stationär behandelten Alkoholvergiftungen bei den Zehn- bis 19-Jährigen aber von bundesweit 16423 (Stand: 2004) auf 26428 (Stand: 2010) stark gestiegen. Eine große Gefahr stelle der schleichende Übergang dar, der vom anfänglich gelegentlichen Genuss über den regelmäßigen Gebrauch zum Missbrauch führt, um dann zur Gewohnheit und zur Sucht zu werden.

Schon der Missbrauch von Alkohol habe physische und psychische Gesundheitsschäden zur Folge, während sich im Sta-

dium der Sucht nicht nur alkoholbedingte chronische Erkrankungen einstellen würden, sondern auch eine physische und psychische Abhängigkeit bestünde. Und da Alkohol ein Nerven- und Zellgift ist, führe ein regelmäßiger übermäßiger Alkoholkonsum auch zur „Schrumpfung des Gehirns“.

Als Warnsignale für eine sich entwickelnde Alkohol-Abhängigkeit nannte Leder eine „ständige Erhöhung der Dosis, um die gewünschte Wirkung zu erzielen“, „häufigere Blackouts“, „Trinken aus Gewohnheit oder zur Problemlösung“ sowie das Empfinden von „Scham wegen des eigenen Alkoholkonsums bis hin zur sozialen Isolation“.

Zuvor hatte Kurz „Alkohol-Mythen“ ausgeräumt: So die falsche Annahme, dass Alkohol in Verbindung mit fettigem Essen eine geringere Blutalkoholkonzentration zur Folge habe. Außerdem wies sie darauf hin, dass Alkohol (und somit auch Bier) kein Nahrungsmittel, sondern ein Genussmittel ist. Dabei wirke Alkohol schon in geringen Mengen und zerstöre Zellen des Körpers.

Als Dank für ihr Engagement werden die „Schutzengel“ mit Vergünstigungen belohnt. Infos: [www.schaumburg.de](http://www.schaumburg.de) und unter [www.ich-bin-dein-schutzengel.de](http://www.ich-bin-dein-schutzengel.de).