

LANDKREIS STADE

HANSESTADT STADE

Aktionen und Kampagnen gegen das extensive Trinken von Alkohol scheinen bei den jungen Menschen Wirkung zu zeigen



Matthias Herzberg (links) und Dr. Volker Berg mit dem Sieger-Plakat aus Niedersachsen des DAK-Wettbewerbs „bunt statt blau“ von Nele Daske (15).
Foto Strüning

Siegerbeiträge des Wettbewerbs „bunt statt blau“

Auf Landes- und Bundesebene wurden die besten Arbeiten, die als Poster eingeschickt worden waren, prämiert. Sie werden im November in der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Elbe Klinikum Stade ausgestellt. Auf dem prämierten Siegerplakat aus Niedersachsen ist eine Flasche zu sehen, in der ein Mensch kniet. Daneben steht: „Lass dich nicht gefangen nehmen“. Kreiert hat das Bild Nele Daske (15) vom Gymnasium Bad Iburg. Deutschlandweit hatten sich rund 10 000 Schülerinnen und Schüler an dem Wettbewerb „bunt statt blau“ beteiligt, der 2015 zum sechsten Mal stattfindet wird. Die Anmeldung läuft bereits, alle Infos dazu gibt es im Internet unter: www.dak.de

Erste Erfolge im Kampf gegen das Komasaufen

Für Dr. Volker Berg, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Elbe Klinikum Stade, gibt es kein Pardon: „Jede Alkoholvergiftung ist eine zu viel.“ Dennoch hat er den Eindruck, dass das Thema Komasaufen bei Jugendlichen nicht mehr den Stellenwert wie noch vor wenigen Jahren hatte. Die rückläufigen offiziellen Zahlen scheinen ihm Recht zu geben. Das mag auch an der verstärkten Öffentlichkeitsarbeit liegen, die viele Institutionen in den vergangenen Jahren forciert haben. Demnächst wird es zum Thema „Jugendliche und Alkohol“ auch wieder eine Ausstellung am Elbe Klinikum geben. VON LARS STRÜNING UND MIRIAM FEHLBUS

Die Zahlen sind erschütternd und auf-rüttelnd zugleich: Mehr als 250 000 junge Menschen zwischen 10 und 19 Jahren werden pro Jahr mit einer Alkoholvergiftung in eine Klinik eingeliefert. Drei Viertel von ihnen sind noch nicht volljährig. Jungs sind mit Abstand die häufigsten Opfer der Besäufnisse. In der Stader Klinik landet im Schnitt pro Woche ein schwerer Fall. Das sind immerhin 50 volltrunkene Heranwachsende pro Jahr. Von der Dunkelziffer ganz zu schweigen. Die Symptome sind heftig: Unterkühlung, Bewusstseinsminderung bis hin zur Bewusstlosigkeit, Verletzungen durch Stürze, Übelkeit mit Erbrechen und Erstickengefahr, Gefahr der Austrocknung und eines Nierenschadens, Filmriss. Viele der jungen Patienten schämen sich am nächsten Morgen für ihre Taten, so die Erfahrung von Berg. Bleibt ein kleiner Trost: Es gibt nur sehr wenige Wiederholungs-täter, für die meisten ist der Schock, in der Klinik gelandet zu sein, offenbar sehr heilsam. Die Mediziner setzen auf Infusionstherapien und auf eine psychosoziale Behandlung. Ein Fragebogen ist auszufüllen, eine Be-

ratung folgt, eventuell sogar eine langfristige Therapie. Für Berg ist es wichtig: Je später die Jugendlichen Kontakt zum Alkohol (und auch zu Zigaretten bekommen), desto geringer ist die Suchtgefahr. Laut einer Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung machen Jugendliche in Deutschland schon früh Erfahrungen mit Alkohol. Der Erstkonsum findet im Durchschnitt mit 12,2 Jahren statt. Die durchschnittlich konsumierte Menge reinen Alkohols pro Woche liegt bei den 12- bis 15-Jährigen bei 15,3 Gramm. Bei den 16- bis 17-Jährigen sind es demnach 89,1 Gramm pro Woche. Ein riesiges Problem, denn eben in diesem Alter entwickeln Jugendliche Trinkgewohnheiten, die sie auch später beibehalten. Jugendliche könnten – im Unterschied zu Erwachsenen – innerhalb weniger Monate alkoholabhängig werden. Dr. Berg rät Eltern, mit ihren Kindern offen über den Umgang mit den weichen wie harten Drogen zu reden. Der Kinder- und Jugendmediziner weiß auch: Generelle Verbote gerade in Zeiten der Pubertät auszusprechen, ist eher kontraproduktiv. Immerhin: Die Zahl der Jugendlichen, die ins Krankenhaus

gebracht werden müssen, ist bundesweit rückläufig. Berg hat den Eindruck, dass das unselige Komasaufen seinen Höhepunkt überschritten hat. Viele Jugendliche scheinen vorsichtiger geworden zu sein. Das weisen auch die offiziellen Zahlen (2012) aus: Der regelmäßige Alkoholkonsum bei Menschen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren ist rückläufig – von 17,9 Prozent auf 14,2 Prozent ist der Wert gesunken. Vielen wird

das immer noch deutlich zu hoch sein. Ein Ansatz zur Kritik ist, dass Alkohol in Deutschland relativ preiswert ist. Laut des RAND Europe Reports besteht zwischen Erschwinglichkeit und Konsumniveau ein Zusammenhang. Wird Alkohol erschwinglicher, führt dies laut der Wissenschaftler zu einem Anstieg des Alkoholkonsums. Ein hohes Preisniveau führt zu einer Reduzierung.

Präventions-Aktionen in den Schulen

In den Schulen im Landkreis Stade bieten die Lehrkräfte seit ein paar Jahren im Rahmen von Kampagnen Aktionstage an. Besonders beliebt sind die Projekte „KlarSicht“ und „Kenn Dein Limit“. Beide Kampagnen setzen nicht nur auf Informationen, sondern auf aktives Erleben und Diskutieren. So werden von den Initiatoren spezielle Brillen zur Verfügung gestellt, die simulieren, wie der „Durchblick“ bei 0,8 Promille und bei 1,5 Promille abnimmt. So muss mit der so genannten Rauschbrille ein Hindernisparcours absolviert oder eine bestimmte Tätigkeit durchgeführt werden. Einige Internetangebote: www.kinderstarkmachen.de; www.klar-sicht.bzga.de; www.kenn-dein-limit.de; www.aktionswoche-alkohol.de



Eine Szene aus dem jüngsten Präventions-Projekt am Stader Gymnasium Athenaeum: Der Einsatz der Rauschbrille sorgt für Gelächter.



„Don't drink too much – Stay Gold“ heißt der Slogan der Kampagne der **polizeilichen Kriminalprävention** gegen exzessiven Alkoholkonsum und Gewalt. Die Motive zeigen die Schattenseiten von „Komasaufen“ und sollen vor Augen führen, dass Trinken alles andere als „cool“ ist.

Auch Erwachsene sollten ihr tägliches Limit kennen

Der gesundheitlich unbedenkliche Alkoholkonsum liegt bei gesunden erwachsenen Frauen bei 12 Gramm, das ist gleichbedeutend mit einem Standardglas Alkohol am Tag. Für gesunde erwachsene Männer liegt diese Grenze bei 24 Gramm Alkohol pro Tag. Wer als Frau mehr als ein Glas Wein oder Sekt, mehr als 0,25 l Bier oder 4 cl Schnaps pro Tag trinkt, bewegt sich bereits in einem gesundheitlich riskanten Bereich. Für Männer gilt die doppelte Menge. Dabei sollten mindestens zwei Tage in der Woche dabei sein, an denen gar kein Alkohol getrunken wird. Eine Flasche Bier enthält etwa 12 Gramm reinen Alkohol, ein Glas Sekt (0,1 l) enthält etwa 9 Gramm, ein Glas Wein (0,125 l) etwa 11 Gramm reinen Alkohol, mit einem Schnaps oder Magenlikör sind es auch ungefähr 11 Gramm reiner Alkohol. Wer seinen Alkoholkonsum einem kleinen Test unterziehen möchte, hat auf der Seite der Aktion „Kenn dein Limit“ online Gelegenheit dazu.