



# DANK

Deutsche Allianz  
Nichtübertragbare  
Krankheiten



**Prof. Dr. Heiner Wedemeyer**  
Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie,  
Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten



**Prof. Dr. Ulrich Wenzel**  
Deutsche Hochdruckliga



**Prof. Dr. Ulf Landmesser**  
Deutsche Gesellschaft für Kardiologie –  
Herz- und Kreislaufforschung



**Dr. Thomas Fischbach**  
Berufsverband der Kinder-  
und Jugendärzte



**Dr. Johannes Bruns**  
Deutsche Krebsgesellschaft



**Ulrich Weigeldt**  
Deutscher Hausärzterverband



**Prof. Dr. Monika Kellerer**  
Deutsche Diabetes Gesellschaft



**PD Dr. Burkhard Rodeck**  
Deutsche Gesellschaft für  
Kinder- und Jugendmedizin



**Ute Bertram**  
Bundesvereinigung Prävention  
und Gesundheitsförderung



**Prof. Dr. Martina de Zwaan**  
Deutsche Adipositas Gesellschaft



**Prof. Dr. Dr. Anja Bosy-Westphal**  
Deutsche Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin



**Prof. Dr. Rüdiger Landgraf**  
Deutsche Diabetes Stiftung



**Martin Vestweber**  
Deutsche Herzstiftung

# Politisch handeln – Leben retten



**Gerd Nettekoven**  
Deutsche Krebshilfe



**Prof. Dr. Ulrich John**  
Deutsche Gesellschaft für  
Sozialmedizin und Prävention



**PD Dr. Sandra Plachta-Danielzik**  
Kompetenznetz Adipositas



**Prof. Dr. Dirk Müller-Wieland**  
D·A·CH-Gesellschaft Prävention von  
Herz-Kreislauf-Erkrankungen



**Dr. Nicola Haller**  
Verband der Diabetes-Beratungs- und  
Schulungsberufe in Deutschland



**Prof. Dr. Wulf Pankow**  
Deutsche Gesellschaft für Pneumologie  
und Beatmungsmedizin



**Prof. Dr. Rüdiger Reer**  
Deutsche Gesellschaft für  
Sportmedizin und Prävention



**Dr. Jens Kröger**  
diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe



**Prof. Dr. Michael Baumann**  
Deutsches Krebsforschungszentrum



**Prof. Dr. Jan C. Galle**  
Deutsche Gesellschaft für Nephrologie



**Dr. Rüdiger Krech**  
Direktor für Gesundheitsförderung,  
Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Foto: WHO

## Eine „chronische Epidemie“

Etwa 43 % der Frauen und 38 % der Männer, die in Deutschland leben, bezeichnen sich als chronisch krank. Die Häufigkeit steigt deutlich mit zunehmendem Alter: Bei den unter 30-Jährigen fühlt sich etwa jeder Fünfte betroffen, bei den ab 65-Jährigen erheblich mehr als jeder Zweite. Damit sind Erkrankungen, die lange andauern, bei Weitem die größte Gruppe aller Krankheiten in Deutschland.

Weltweit sind Herzerkrankungen, Schlaganfall, Krebs, Diabetes und chronische Lungenerkrankungen zusammen für fast 70 % aller Todesfälle verantwortlich.

Vier Risikofaktoren sind hauptsächlich für den Anstieg dieser

chronischen Erkrankungen verantwortlich: Tabakkonsum, Bewegungsmangel, schädlicher Alkoholkonsum und ungesunde Ernährung.

Diese Krankheiten können und müssen verhindert werden. Denn diese „chronische Epidemie“ hat verheerende gesundheitliche Folgen für Einzelpersonen, Familien und Gemeinden und droht die Gesundheitssysteme zu überfordern. Wir sehen in der derzeitigen COVID-19-Pandemie, wie wichtig krisenfeste Gesundheitssysteme sind. Aber sollte der weltweite Anstieg chronischer Erkrankungen ungebremst weitergehen, wird in 15 Jahren kein Gesundheitssystem

der Welt in der Lage sein, die Kosten dafür aufzubringen. Die Kontrolle dieser Krankheiten muss daher zu einem wichtigen gesellschaftlichen Imperativ für das 21. Jahrhundert werden. Es braucht globale, tragfähige Netzwerke, die Ländern bei der regulativen und gesellschaftspolitischen Arbeit helfen.

In Deutschland tut dies DANK als die „Versammlung der deutschen Experten“ zu den Hauptrisikofaktoren. Diese Broschüre gibt einen guten Überblick über die vielfältigen notwendigen Maßnahmen. Ich gratuliere der Allianz zu ihrem 10-jährigen Bestehen und freue mich auf die weitere enge Zusammenarbeit mit der WHO.

### INHALT

3

#### **DANK-Erfolge:**

Auftritte in Leitmedien  
Nutri-Score  
(mit) durchgesetzt  
Internationale  
Kooperation

6

#### **Die 4 Hauptrisikofaktoren**

Übergewicht,  
Bewegungsmangel,  
Rauchen & Alkohol

8

#### **Anstieg von Übergewicht stoppen**

Gestaffelte Mehrwertsteuer,  
Werbebeschränkungen,  
gesundes Schulessen

12

#### **Bewegung politisch fördern**

Mehr Bewegung in Schule und Kita,  
Maßnahmen für Rad- und Fußverkehr

14

#### **Rauchen eindämmen**

Steuererhöhung, Nichtraucherenschutz,  
Tabaklobby bremsen, Rauchstopp  
erleichtern

16

#### **Alkoholkonsum senken**

Alkohol teurer machen,  
Konsum erst ab 18 Jahre

5

#### **So arbeitet DANK:**

Pressearbeit  
Wissensvermittlung  
Lobby Pro Gesundheit  
Eigene Studien



## Auftritt in Leitmedien

Ob Diabetes oder COVID-19 – DANK-Experten werden regelmäßig von Journalisten aller großen Medien angefragt und vermitteln Wissen um Lösungsansätze wirkungsvoll an die Öffentlichkeit.



## Gemeinsam für Gesundheit – mehr Einfluss für die Wissenschaft!

Bei DANK ziehen 23 Fachgesellschaften und medizinisch-wissenschaftliche Organisationen an einem Strang: Für mehr politische Maßnahmen gegen die Risikofaktoren für nichtübertragbare Krankheiten. Gemeinsam erreichen wir Politik und Öffentlichkeit – und bewirken Veränderungen.



## Nutri-Score (mit) durchgesetzt

2019 weist DANK mit einer Meinungsumfrage nach, dass der Nutri-Score von deutschen Verbrauchern am besten verstanden wird. Kurz darauf gibt Ernährungsministerin Julia Klöckner ihren Widerstand gegen das Logo auf. 2020 wird der Nutri-Score in Deutschland eingeführt.



## Internationale und nationale Kooperationen

DANK kooperiert in Deutschland und international mit anderen Organisationen, um gemeinsam wirksame Maßnahmen für Prävention durchzusetzen, und nimmt unter anderem an den UN-Gipfeltreffen zu Nichtübertragbaren Krankheiten teil (hier 2018 in New York).



Bei einem UN-Treffen 2018 in New York organisiert DANK eine öffentlichkeitswirksame Aktion vor dem UN-Hauptquartier unter dem Motto „Beat NCDs“ – Stoppt nichtübertragbare Krankheiten! Die Bilder werden weltweit in sozialen Medien geteilt. Foto: Heike Dierbach/ DANK

## DANK: eine Erfolgsgeschichte

Ende 2010 fanden sich anlässlich des 1. UN-Gipfels zu nichtübertragbaren Krankheiten sechs Gesundheitsorganisationen zusammen, von der Deutschen Diabetes Gesellschaft über die Deutsche Krebshilfe bis zur Deutschen Herzstiftung, und gründeten die Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten. Die Idee: Wenn die Volkskrankheiten gemeinsame Risikofaktoren haben, dann muss auch der Einsatz dagegen gemeinsam erfolgen! Erst im Bündnis kann es der Wissenschaft gelingen, bei der Politik Gehör zu finden. Die Allianz wächst rasch, ein Grundsatzpapier wird erarbeitet. Erste Pressekonferenzen zeigen, dass das Thema in der Öffentlich-

**„Eine gute Studie vorzulegen, ist nicht genug. Es braucht Entwicklung, Mobilisierung und öffentliche Diskussion.“**

Manifest des „Lancet“

keit erkannt wird. Professionelle Expertise für Kampagnenarbeit sorgt für zunehmende politische Reichweite. Das zahlt sich aus: Nur 10 Jahre nach der Gründung finden sich viele Themen von DANK heute im Koalitionsvertrag.

**„Mit vereinten Kräften kann DANK viel mehr erreichen als es jede Organisation allein könnte.“**

**Martin Vestweber**  
Geschäftsführer  
Deutsche Herzstiftung

# So arbeitet **DANK:**

## Lobby Pro Gesundheit

DANK greift aktiv in Debatten und politische Prozesse ein. Wir diskutieren mit Politikern und Ministerien und formulieren konkrete Forderungen. Denn die wirkungsvollen Maßnahmen, die gegen nichtübertragbare Krankheiten ergriffen werden müssen, sind bekannt. Doch damit sie umgesetzt werden, braucht es gesellschaftlichen Druck. Dabei verteidigt DANK die Position der Wissenschaft gegenüber Lobbyvertretern der Tabak-, Alkohol- und Ernährungsindustrie.



DANK-Vertreter Dr. Dietrich Garlichs (r.) diskutiert 2018 mit dem Geschäftsführer der Wirtschaftlichen Vereinigung Zucker Günter Tissen.



## Wissen vermitteln:

DANK sammelt international Nachweise für die Gefahren von Risikofaktoren und die Wirksamkeit bevölkerungsweiter Maßnahmen und bereitet sie für Presse und Politik auf.

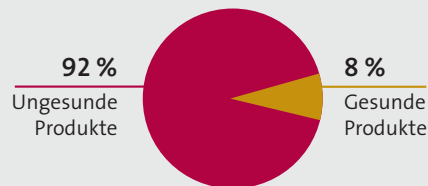
## Eigene Studien:

DANK initiiert eigene Untersuchungen zu relevanten Fragestellungen. 2020 ließ die Allianz beispielsweise in einer Studie das Ausmaß von Kinderwerbung für ungesunde Lebensmittel untersuchen. Das Ergebnis ist alarmierend: Mediennutzende Kinder in Deutschland sehen im Durchschnitt pro Tag 15 Werbungen für ungesunde Produkte!



[www.dank-allianz.de/dokumente.html](http://www.dank-allianz.de/dokumente.html)

Von Kindern gesehene Lebensmittelwerbung in TV und Internet 2019/2020



## Pressearbeit:

Wer politisch etwas bewegen will, muss die breite Öffentlichkeit erreichen. DANK informiert kontinuierlich Journalisten, kommentiert aktuelle Ereignisse und wird von allen großen Medien angefragt. Viele bringen regelmäßig Schwerpunktbeiträge zu DANK-Themen und fordern in Kommentaren auch selbst mehr politische Maßnahmen zur Gesundheitsförderung.

## Langer Atem

Politische Veränderungen brauchen Durchhaltevermögen. **DANK bleibt an Themen dran und lässt nicht locker.**

# Risikofaktoren:

## Übergewicht

Bitter, aber wahr: **Übergewicht ist das neue Normal.** 67% der Männer und 53% der Frauen in Deutschland sind übergewichtig, fast jeder Vierte ist sogar adipös. Dabei gibt es einen starken Zusammenhang mit dem sozialen Status, vor allem bei Kindern. **Ein Kind aus einer ärmeren Familie hat ein vierfach so hohes Risiko, adipös zu werden,** wie ein Kind aus einer wohlhabenden Familie.

## Bewegungsmangel

**42 % der Deutschen bewegen sich zu wenig.** Nur 17 % fahren täglich mit dem Fahrrad – aber 50 % mit dem Auto. Jeder Dritte macht gar keinen Sport. **Bei Kindern sinkt die Aktivität mit dem Schulanfang deutlich:** In der Altersgruppe 3 bis 6 Jahre bewegt sich noch die Hälfte mindestens eine Stunde pro Tag. Zwischen 7 und 10 Jahren sind es nur noch 30 %, ab 11 Jahre nicht einmal mehr jedes fünfte Kind.

## Rauchen

Rauchen ist der Hauptrisikofaktor für einen vorzeitigen Tod: **127 000 Menschen sterben pro Jahr in Deutschland an den Folgen des Tabakkonsums.** Dennoch rauchen 27 % der Männer und 19 % der Frauen, vor allem sozial benachteiligte Menschen. Auch 11 % der Nichtraucher sind regelmäßig einer Rauchbelastung ausgesetzt. **Zigaretten sind gemessen an der Kaufkraft nur in wenigen westlichen EU-Ländern billiger als in Deutschland.**

## Alkohol

**Mit fast 11 Litern Reinalkohol pro Jahr liegt der Pro-Kopf-Konsum in Deutschland deutlich über dem EU-Durchschnitt.** In kaum einem anderen westlichen EU-Land kann man sich gemessen am Durchschnittseinkommen so billig betrinken. **„14 % der Frauen und 18 % der Männer trinken Alkohol in gesundheitlich riskanten Mengen“**, warnt das Robert Koch-Institut. Hoher Alkoholkonsum gilt als Risikofaktor für über 200 Krankheiten.

**„Starkes Übergewicht schädigt die Nieren auch direkt und kann zur Dialyse führen.“**

**Prof. Dr. Frieder Keller**  
Mitglied der Kommission „Prävention und Früherkennung“ der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie



Über 200 Mrd. Folgekosten jährlich:

Nichtübertragbare Krankheiten führen zu enormen Belastungen für die Solidargemeinschaft durch direkte Behandlungskosten und Sozialleistungen bei Arbeitsunfähigkeit und Frühverrentung. **Allein das Rauchen verursacht jährliche Folgekosten von 97 Milliarden Euro,** schweres Übergewicht 63 Milliarden, riskanter Alkoholkonsum 57 Milliarden.

# Nichtübertragbare Krankheiten in Deutschland:

## Diabetes & Niere

Über 8 Millionen Deutsche sind an Diabetes erkrankt,

**täglich kommen 1000 dazu.**



60 bis 80 % davon wären laut WHO vermeidbar – und damit auch Folgeerkrankungen wie Nierenschäden, Amputationen oder Erblindung.



## Herz-Kreislauf

Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen 40 % der Todesfälle in Deutschland. Dabei ließen sich die meisten



**Herzinfarkte verhindern,**

wenn es gelänge, die Risikofaktoren sehr frühzeitig zu senken.



## Krebs

510 000 Menschen erkranken jedes Jahr neu an Krebs.

**37 % der Krebsfälle wären vermeidbar,**



vor allem durch einen Verzicht aufs Rauchen (19 % der Fälle), aber auch durch eine gesündere Ernährung und mehr Bewegung.



## Atemwege

6,2 % der Erwachsenen in Deutschland leiden an Asthma, 5,8 % an der letztlich tödlichen chronisch-obstruktiven Lungenerkrankung COPD.



**Jeder fünfte langjährige Raucher erkrankt an COPD.**



Wir müssen  
**jetzt handeln!**

Wie gesund Menschen leben (können), hängt im hohen Maß von ihrer Umgebung ab.

**Bevölkerungsweite Maßnahmen, die alle Menschen im Alltag erreichen, zeigen die größte Wirkung** gegen die vier Risikofaktoren.

DANK kämpft dafür, diese Maßnahmen in Deutschland umzusetzen – und so durch Prävention Leben zu retten.

**„Die Hauptrisikofaktoren zu senken, würde jährlich Hunderttausende Leben retten.“**

**Prof. Dr. Dirk Müller-Wieland**  
Schatzmeister D•A•CH-Gesellschaft  
Prävention von  
Herz-Kreislauf-Erkrankungen

FORDERUNG:

## Mehrwertsteuer nach Nährwerten staffeln

Der Preis ist eines der wirksamsten Mittel, um eine gesunde Ernährung zu fördern. Gesundes Essen muss daher günstiger werden und ungesundes teurer. Ein einfacher Weg dafür wäre eine gestaffelte Mehrwertsteuer nach dem System „Ampel Plus“:

**0 %** für Obst und Gemüse (grün),

**7 %** für normale Lebensmittel wie Mehl (gelb),

**19 %** für Ungesundes wie Fertigpizza (rot)

Gezuckerte Softdrinks würden mit 29 % besteuert, weil sie besonders zum Entstehen von Übergewicht beitragen. Eine Studie der Universität Hamburg im Auftrag mehrerer DANK-Organisationen hat berechnet, welche Folgen ein solcher Preisanreiz hätte: **Die Zunahme an Übergewicht würde gestoppt.** Männer würden pro Jahr durchschnittlich 2,3 kg abnehmen, Frauen 1,5 kg.



Studie  
"Gesunde Mehrwertsteuer"  
[https://bit.ly/DANK\\_Ampel](https://bit.ly/DANK_Ampel)



### Beispiel Großbritannien:

**34 %** weniger Zucker in Softdrinks

Großbritannien erließ 2018 eine gestaffelte Steuer auf Softdrinks ab 5 und 8 Gramm Zucker pro 100 ml. Die Folge: Innerhalb von nur zwei Jahren sank der durchschnittliche Zuckergehalt um 34 %. **Der Absatz der besteuerten Getränke hat sich halbiert.** Zugleich ist der Verkauf von Wasser und zuckerarmen Getränken um 40 % gestiegen. Selbst die Industrie, die die Steuer zuvor vehement abgelehnt hatte, bewertet das Instrument inzwischen gut: 60 % der Hersteller sehen positive Auswirkungen auf ihre Unternehmen.



**„Preisreize wirken, weil sie die Menschen täglich im Moment der Kaufentscheidung erreichen.“**

**Prof. Dr. Rüdiger Landgraf**  
Bevollmächtigter des Vorstands  
Deutsche Diabetes Stiftung

Ist die gesunde Wahl die leichte Wahl? Auch der Preis ist entscheidend.

Foto: iStock/elenabs



FORDERUNG:

# Kindermarketing für Ungesundes untersagen

Werbespots führen direkt dazu, dass Kinder zusätzliche Kalorien aufnehmen, das zeigen die Ergebnisse internationaler Übersichtsarbeiten. Dabei wirken sie mitunter sogar stärker als das gesunde Vorbild der Eltern: In einer Alltagsstudie gingen Kinder durch Werbespots doppelt so oft zu McDonald's, obwohl ihre Eltern selten Fast Food aßen. Kindermarketing für ungesunde Produkte ist daher kein Kavaliersdelikt, sondern eine Gefährdung der kindlichen Gesundheit, und muss gesetzlich untersagt werden. **Über die Hälfte der EU-Länder haben bereits Maßnahmen ergriffen.**

Werbung führt dazu, dass Kinder

**DOPPELT SO OFT**

Fast Food essen.

Auch die deutsche Verbraucherschutzministerkonferenz forderte bereits 2018 rechtliche Schritte: Es bestehe „dringender Handlungsbedarf“.



DANK-Studie zu Kinderwerbung:  
[www.dank-allianz.de/dokumente.html](http://www.dank-allianz.de/dokumente.html)

**„Freiwillige Vereinbarungen zur Regulierung von Kinderwerbung haben sich als wirkungslos erwiesen.“**

**Dr. Burkhard Rodeck**

Generalsekretär Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin



## Beispiel Chile:

Softdrink-Konsum sinkt um

**24 %**

Eine große US-Studie untersuchte 2018 in 79 Ländern, wie sich Beschränkungen für Junk-Food-Werbung auf den Konsum auswirken. Ergebnis: Mit gesetzlichen Regelungen sank der Konsum um durchschnittlich 8,9 % – mit keinen oder nur freiwilligen Regeln stieg er. Chile führte beispielsweise 2015 ein Werbeverbot für Softdrinks ein, der Konsum sank um fast 24 %. **Das Land hat nun jede Werbung für ungesunde Produkte zwischen 6 und 22 Uhr verboten** sowie Anreize für Kinder auf Verpackungen.



Mit Werbeaktionen werden Kinder auf Webseiten für Süßigkeiten gelockt.

Foto: Heike Dierbach

FORDERUNG:

## Schul- und Kitaverpflegung nach **Standards der DGE**

Der Staat appelliert an Eltern, ihre Kinder gesund zu ernähren. Dann achtet er in Schulen und Kitas auch darauf – sollte man annehmen. **Doch das ist nicht in allen Bundesländern der Fall.** Nur wenige verpflichten derzeit die Schulen und Caterer darauf, die Standards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) einzuhalten. Studien zeigen aber, dass Bildung für gesunde Ernährung nur funktioniert, wenn das gesamte Umfeld der Schule entsprechend gestaltet und gesunde Ernährung auch gelebt wird. Des-

halb muss die Schul- und Kitaverpflegung überall verpflichtend den DGE-Standards entsprechen. Für

### **Verpflichtend**

**sind die DGE-Standards nur in Berlin, Hamburg, Bremen und Thüringen sowie im Saarland**

Kinder aus ärmeren Familien sollte die Teilnahme kostenlos sein. Auch der Verkauf von Süßigkeiten, Snacks und Softdrinks am Schulkiosk muss untersagt werden.



### **Beispiel Schulprogramme:**

**BMI bei bis zu 67 % der Kinder verbessert**

Eine wissenschaftliche Übersichtsarbeit untersuchte 2017, welche Schulprogramme wirklich die kindliche Ernährung verbessern. Ergebnis: Es sind vor allem jene Programme, die die gesamte Schulumgebung gesünder gestalten.

**Ein entscheidender Baustein war eine gesunde Schullernährung.**

Der Body-Mass-Index (BMI) konnte dadurch bei bis zu 67 % der Kinder verbessert werden. Noch effektiver ist es, wenn die Kinder als Zwischenmahlzeiten Obst und Gemüse bekommen.

**„Ein gesundes Schulessen hat einen deutlichen Effekt, gerade bei ärmeren Kindern.“**

**Prof. Dr. Martina de Zwaan**  
Präsidentin Deutsche Adipositas Gesellschaft



Gesund und lecker – bisher ist das nicht in allen Schulen Standard.

Foto: iStock/SDI Productions

**„Investitionen in gesunde Ernährung vermeiden langfristig Krankheiten und Behandlungskosten.“**

**Prof. Dr. Anja Bosy-Westphal**  
Präsidentin Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin

# Weltweit gegen nichtübertragbare Krankheiten



DANK ist Mitglied der International NCD Alliance mit 300 Mitgliedsorganisationen in 80 Ländern weltweit – von Afghanistan bis Zambia. Auf regelmäßigen Treffen entwickeln die Mitglieder gemeinsame Analysen und Strategien. Dabei gibt es einige Unterschiede zwischen Entwicklungs-, Schwellen- und Industrieländern, aber auch viele Parallelen. **Bei den ergriffenen Maßnahmen ist die deutsche Politik international kein Vorreiter – im Gegenteil:** Auf Konferenzen werden DANK-Vertreter immer wieder gefragt, warum die deutsche Regierung – anders als die Regierungen anderer europäischer Länder – so wenig unter-

nimmt, obwohl das Land so hohe Raten an nichtübertragbaren Krankheiten hat.

[www.ncdalliance.org](http://www.ncdalliance.org)



Foto: iStock/susoy



Weltweites Treffen der NCD-Allianzen im Februar 2020 in Sharjah/Vereinigte Arabische Emirate mit DANK-Vertreter Dr. Dietrich Garlichs (2. v. l.)  
Foto: NCD Alliance

FORDERUNG:

# 1 Stunde Bewegung in Schule und Kita

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang. Doch mit dem Schuleintritt wird dieser gehemmt – plötzlich müssen sie über lange Zeit stillsitzen und

Die WHO empfiehlt mindestens

**60 Minuten**

Bewegung pro Tag ...

dürfen nicht laufen oder rennen. Entsprechend steigt die Rate übergewichtiger Kinder: In der Altersgruppe 3 bis 6 Jahre sind es noch 11 % der Mädchen und 7 % der Jungen, zwischen 7 und 10 Jahren aber bereits rund 15 % (beide Geschlechter). Neben der Wirkung

... das erreichen in Deutschland nur **20 %** der Kinder und Jugendlichen.

auf das Gewicht ist ausreichende Bewegung unerlässlich für die gute körperliche, geistige und seelische Entwicklung von Kindern. DANK fordert daher mindestens eine regelmäßige Stunde Bewegung am Tag in Schule (und Kita). So viel Zeit muss sein! **Denn nur in der Schule werden alle Kinder erreicht.** Übrigens: Auch Ernährungsbildung in der Schule ist nur erfolgreich, wenn sie verbunden wird mit Bewegungsförderung (und gesundem Schulessen).



## Beispiel Frankreich:

**50 %** weniger Kinder entwickeln Übergewicht

In einem Programm wurden 500 Schulkinder über vier Jahre lang ermutigt, sich zu bewegen: **durch viele Angebote im Schulalltag und Wissensvermittlung.** Sie zeigten danach einen signifikant niedrigeren BMI als eine Vergleichsgruppe ohne Programm. Nur 4,2 % hatten Übergewicht entwickelt, gegenüber 9,8 % in der Vergleichsgruppe. Die Teilnehmer trieben häufiger Sport und verbrachten weniger Zeit vor TV und am Computer.



Nach dem Schuleintritt bewegen sich viele Kinder weniger.

Foto: iStock/lewkmiller

**„Vereinsport erreicht nicht alle Kinder. Es fehlen kind- und jugendgerechte Bewegungsangebote im Alltag.“**

**Nicole Mattig-Fabian**  
Geschäftsführerin diabetesDE –  
Deutsche Diabetes-Hilfe

FORDERUNG:  
**Rad- und Fuß-Verkehr fördern**

Deutschland wird immer träger: Bewegten sich 2010 noch 60 % der Menschen ausreichend, so sind es heute nur noch 42 %. Vielen fehlt die Zeit, neben Arbeit und Familie Sport zu machen. Deshalb ist die alltägliche Bewegung so entscheidend: **Schon 20 Minuten Radfahren täglich kann das Risiko für eine koronare Herzerkrankung um 25 % senken.** Doch viele Ältere und Kinder fühlen sich in der Großstadt auf dem Rad nicht sicher und sind es oft auch nicht. Es braucht daher mehr Platz und Vorrang für den Rad- und Fußverkehr.

**7,5** Stunden sitzen die Deutschen im Durchschnitt pro Tag.

Bewegungsmangel führt zu

**7 %** der vorzeitigen Todesfälle.

Beispiele aus anderen Ländern zeigen: Nur mit einer guten Infrastruktur für Fahrradfahrer und Fußgänger steigt der Anteil derer, die sich täglich aktiv körperlich bewegen.

**„Radfahren wirkt dreifach präventiv: Es hat direkte gesunderhaltende Herz-Kreislauf-Effekte, vermeidet Schadstoff-Ausstoß und Lärm.“**

**Prof. Dr. Ulf Landmesser**  
 Sprecher – AG Klinische Atherosklerose  
 Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung



**Beispiel Amsterdam:**

**Radfahren ist das neue Normal**

Breite Wege, sicher von der Fahrbahn für Autofahrer getrennt, oder gleich eigene Straßen nur für Radfahrer: Amsterdam ist ein Paradies der bewegungsfreundlichen Mobilität. Und das hat Wirkung: Der Anteil der Radfahrer ist seit 1995 um 40 % gestiegen, **heute fahren 58 % der Amsterdamer täglich mit dem Rad.** Zum Vergleich: In Berlin sind es nur 15 %, in Hamburg 22 %. Zugleich verunglücken Radfahrer in Amsterdam deutlich seltener.



Breite, sichere Radwege locken auch mehr Menschen aufs Rad.  
 Foto: kim – stock.adobe.com

FORDERUNG:

# Tabaksteuer regelmäßig spürbar erhöhen



Foto: iStock/azerberber

Deutschland ist beim Einsatz gegen das Rauchen wortbrüchig: Die 2004 ratifizierte internationale Tabakrahmenkonvention ist nach wie vor nicht vollständig umgesetzt. **Unter anderem ist das Rauchen hierzulande immer noch zu billig.** Denn höhere Preise über Steuern sind wissenschaftlich erwiesen das wirksamste Mittel, um zum Ausstieg zu motivieren und den Einstieg zu verhindern – vor allem bei Jugendlichen. Dabei müssen alle Rauchtobakprodukte gleich hoch besteuert werden, damit Raucher nicht auf billigere, ebenso schädliche Produkte umsteigen. **Unhaltbar ist,**

**dass E-Zigaretten gar nicht spezifisch besteuert werden.** Denn diese sind keinesfalls harmlos: Welche Gesundheitsgefahren sie langfristig bergen, ist heute noch gar nicht abzusehen.

**„Höhere Tabaksteuern sind keine Schikane, sondern hindern Jugendliche am Rauchen.“**

**Prof. Dr. Michael Pfeifer**  
Präsident der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin



## Beispiel Deutschland:

### Rund ein Drittel weniger Zigaretten in 4 Jahren

Zuletzt wurde die Tabaksteuer in Deutschland zwischen 2002 und 2005 deutlich erhöht. In diesem Zeitraum

ist der Absatz an Zigaretten um etwa ein Drittel gesunken – danach kaum noch.

FORDERUNG:

# Einfluss der Tabaklobby eindämmen

„Deutschland, Mekka der Tabaklobby“, titelte Spiegel Online Anfang 2020: „Kein EU-Staat kontrolliert die Tabakindustrie so lax wie Deutschland.“ Tabakkonzerne sponsern Parteitage, politische Funktionäre wechseln auf lukrative

**In 3 Jahren**  
**besuchte die Tabakindustrie**  
**32 Mal Ministerien.**

Posten als Tabaklobbyisten, durch die Unterstützung sozialer Initiativen versuchen sich die Unternehmen als gemeinwohlorientiert darzustellen. **Solche Einflusswege müssen durch gesetzliche Vorgaben begrenzt werden.** Die Tabakrahmenkonvention hat dafür Leitlinien formuliert: Demnach sollte die Politik so wenig wie möglich mit der Tabakindustrie interagieren und alle Kontakte transparent machen. Spenden an Parteien sollten verboten und vermeintlich „soziale“ Aktivitäten reguliert werden.

FORDERUNG:

## Nichtraucher umfassend bundesweit schützen

Der Schutz der Bevölkerung vor giftigem Tabakrauch ist in Deutschland ein Flickenteppich: **Nur drei Bundesländer (Bayern, Nordrhein-Westfalen und das Saarland) bieten einen umfassenden Schutz, die anderen lassen Ausnahmen zu.** Um alle Menschen in Deutschland umfassend zu schützen, braucht es daher eine bundeseinheitliche Regelung. Diese muss unter anderem das Rauchen in öffentlich zugänglichen Innenräumen komplett

**87 %** befürworten ein Rauchverbot im Auto, wenn Kinder dabei sind, – ebenso

**78 %** der Raucher.

untersagen, ebenso wie am Arbeitsplatz und im Auto, wenn Minderjährige mitfahren. Rechtlich ist dies problemlos möglich. Alle diese Regeln müssen auch E-Zigaretten und Tabakerhitzer umfassen.

**„Kinder Tabakrauch aussetzen, ist de facto Körperverletzung.“**

**Dr. Thomas Fischbach**  
Präsident Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte

FORDERUNG:

## Rauchausstieg als Kassenleistung

Rauchen ist für die meisten Raucher keine freie Wahl mehr, sondern Zwang: Zwei Drittel haben schon einmal erfolglos versucht, aufzuhören. Die Sucht zu überwinden, ist nicht einfach – aber möglich. Die Betroffenen brauchen dazu wirksame Hilfe durch Programme, die den Prozess unterstützen und helfen, nicht rückfällig zu werden. Doch bisher sind

**Nur jeder fünfte Raucher macht im Jahr mindestens einen Rauchstoppversuch.**



Foto: iStock/choness

diese keine regelhafte Leistung der Krankenkassen. **Diese Lücke in der medizinischen Versorgung muss geschlossen werden.** Denn mit professioneller Unterstützung sind die Chancen deutlich höher, den Rauchausstieg zu schaffen – und dadurch das Risiko für viele Folgekrankheiten und vorzeitigen Tod wieder deutlich zu senken.

FORDERUNG:

## Alkoholsteuer deutlich erhöhen

Getränke mit dem Zellgift Alkohol sind in Deutschland sehr günstig: Ein Liter Korn kostet weniger als 9 Euro. Das liegt an den im Vergleich sehr niedrigen Alkoholsteuern. Mit z.B. nur 3,47 Euro pro Liter für Hochprozentiges (38 % vol) liegt Deutschland weit unter dem EU-

Eine Preiserhöhung um

**10 %** senkt den Konsum  
um durchschnittlich  
**5 %.**

Durchschnitt. **Nur wenige westliche EU-Länder besteuern noch geringer.** So wirkt der Preis kaum

als Bremse beim Konsum. 1,6 Millionen Menschen in Deutschland gelten als alkoholabhängig – mit allen gravierenden gesundheitlichen, finanziellen und sozialen Folgen. Alkoholismus ist mit Abstand der häufigste Grund für eine ambulante Suchtbehandlung. Eines der wirksamsten Mittel, um den Alkoholkonsum zu begrenzen, sind wie beim Rauchen höhere Preise. Das zeigen Länder mit hohen Steuern: In Norwegen etwa liegt der jährliche Alkoholverbrauch pro Kopf um 40 % niedriger als in Deutschland. Es braucht daher eine deutliche Erhöhung der Steuer, gestaffelt nach dem Alkoholgehalt.



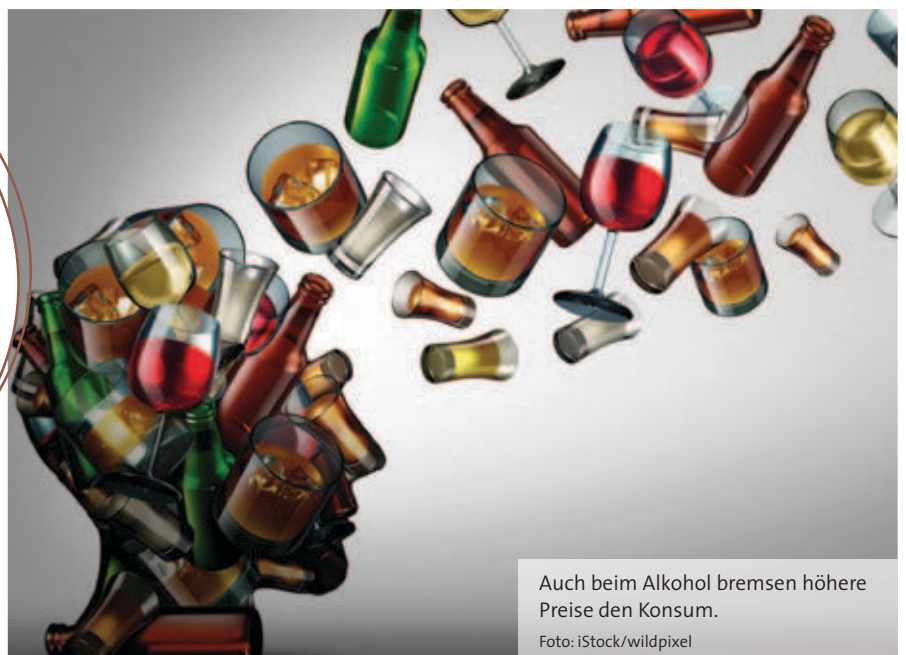
### Beispiel weltweit:

**95 %** der Studien  
zeigen Konsumrückgang

Wissenschaftlich gibt es schon lange praktisch keinen Zweifel mehr, dass höhere Alkoholsteuern den exzessiven Alkoholkonsum senken – **also genau die beabsichtigte Bevölkerungsgruppe erreichen.** Eine Übersichtsarbeit untersuchte schon 2010 alle vorliegenden Studien zu dem Thema. Ergebnis: Von 78 Studien zeigten 75 einen signifikanten Rückgang des exzessiven Konsums.

**„Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass Alkohol auch krebserzeugend ist.“**

**Prof. Dr. Michael Baumann**  
Vorstandsvorsitzender  
Deutsches Krebsforschungszentrum



Auch beim Alkohol bremsen höhere Preise den Konsum.

Foto: iStock/wildpixel



FORDERUNG:

**Alkohol** erst ab  
18 Jahre

Deutsche Jugendliche trinken im Durchschnitt häufiger und mehr Alkohol als in den meisten anderen europäischen Ländern. **Von den 16- bis 17-Jährigen trinkt jeder fünfte einmal pro Woche, fast 8 % trinken so viel, dass es schon für Erwachsene riskant wäre.** Kein Wunder, muss man leider sagen – denn Deutschland erlaubt sehr früh den Konsum von Bier, Wein und Sekt (ab 14, mit den Eltern) und auch den Kauf (ab 16). Medizinisch ist das nicht zu begründen, denn Heranwachsende

**Die Zahl der jährlichen Alkoholvergiftungen bei Jugendlichen hat sich von 2000 bis 2014**

**verdoppelt.**

sollten eigentlich gar keinen Alkohol trinken. Ein früher Konsum ist auch riskant, weil er die Weichen für das spätere Verhalten als Erwachsener stellt. Das Mindestalter für Erwerb

und Konsum muss daher einheitlich auf 18 Jahre hochgesetzt werden.

**„Ein früher Alkoholkonsum erhöht das Risiko für eine Abhängigkeit und damit auch für Folgeerkrankungen wie Leberzirrhose.“**

**Prof. Dr. Heiner Wedemeyer**

Vorstand Öffentlichkeitsarbeit

Deutsche Gesellschaft

für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen



## Beispiel europäischer Vergleich:

### Früher Alkohol – mehr junge Rauschtrinker

Deutschland erlaubt im EU-Vergleich einen sehr frühen Einstieg in Alkohol – und gehört auch beim jugendlichen Rauschtrinken zur traurigen Spitzengruppe. **39 % der 15- bis 19-jährigen Jungen betrinken sich mindestens einmal im Monat.** Nur in Dänemark und Belgien sind es noch mehr – beides ebenfalls Länder, die einen frühen Einstieg erlauben.



Saufen ab 16 – für nicht wenige Jugendliche ein Problem.

Foto: MarkusBormann – stock.adobe.com

# COVID-19: ein Weckruf?!



DANK hat in zehn Jahren einiges erreicht – doch es bleibt noch viel zu tun. Das hat nicht zuletzt die COVID-19-Pandemie gezeigt. Ein hoher Anteil der deutschen Bevölkerung zählt zu Risikogruppen für einen schweren Verlauf, weil er an nichtübertragbaren Krankheiten vorerkrankt ist. Adipositas beispielsweise erwies sich als selbstständiger Risikofaktor für schwere Verläufe und Versterben. Zugleich wurde deutlich, **dass Politik durchaus in der Lage ist, den Schutz der Gesundheit an die erste Stelle zu setzen** und dass die Bürger dies erwarten und mittragen.

Auch bei nichtübertragbaren Krankheiten sind es in hohem Maß gesellschaftliche und politische Maßnahmen,

die neue Krankheitsfälle verhindern können – indem sie die wichtigsten Risikofaktoren Rauchen, Fehlernährung, riskanten Alkoholkonsum und Bewegungsmangel senken. Die gute Nachricht: Die dafür notwendigen Regelungen würden den Alltag der Menschen kaum beeinträchtigen, ihn oft sogar erleichtern und verbessern. Sie würden langfristig Hunderttausende Leben retten.

**Mit DANK hat Deutschland eine starke Stimme der vereinten Wissenschaft**, die sich dafür einsetzt. Es ist möglich: Stoppen wir nach der Pandemie einer übertragbaren Krankheit auch die der nichtübertragbaren Krankheiten!

**„Adipositas war quasi die Pandemie vor der Pandemie.“**

**Dr. Sandra Plachta-Danielzik**  
Wissenschaftliche Koordinatorin  
Kompetenznetz Adipositas

**„Frühere Maßnahmen gegen die Risikofaktoren hätten viele COVID-19-Tote verhindern können.“**

**Barbara Bitzer**  
Sprecherin DANK  
und Geschäftsführerin DDG



Auch nichtübertragbare Krankheiten müssen gesellschaftlich gestoppt werden.  
Foto: iStock/pixelfit



## Die Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten (DANK)

ist ein starkes medizinisch-wissenschaftliches Bündnis, das sich seit 2010 auf politischer Ebene für Maßnahmen zur Verhinderung von Krankheiten wie Adipositas, Diabetes, Krebs, Herzkreislauf-, Nieren- und chronischen Atemwegserkrankungen einsetzt.

..... DANK Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten (NCD Alliance)  
..... c/o Deutsche Diabetes Gesellschaft | Albrechtstraße 9 | 10117 Berlin  
..... Telefon: 0049 (0)30 - 311 69 37-11 | [www.dank-allianz.de](http://www.dank-allianz.de) | E-Mail: [info@dank-allianz.de](mailto:info@dank-allianz.de)  
..... Barbara Bitzer (V.i.S.d.P.)  
..... Redaktion: Heike Dierbach, Katrin Bindeballe  
..... Herstellung: Medical Tribune Verlagsgesellschaft mbH | Redaktion: Michael Reischmann | Layout: Beate Scholz  
..... Druck: Vogel Druck und Medienservice GmbH & Co. KG