

## Presse-Information

12/2017 (B)

### Alkohol? Weniger ist besser!

Die Deutsche Krebshilfe gibt Tipps zur Aktionswoche Alkohol 2017

**Bonn (cg) – Wer trinkt, schadet seiner Gesundheit nachhaltig: Der regelmäßige Konsum auch geringer Mengen steigert das persönliche Krebsrisiko. Dennoch trinkt über 90 Prozent der erwachsenen Bevölkerung in Deutschland Alkohol. Pro Kopf konsumiert sie in einem Jahr etwa eine Badewanne voll Bier, Wein und Schnaps. Um über den richtigen Umgang mit Alkohol aufzuklären, engagieren sich tausende Freiwillige vom 13. bis 21. Mai 2017 bei zahlreichen Aktionen im gesamten Bundesgebiet. Alle zwei Jahre findet unter Federführung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) die Aktionswoche Alkohol statt. Die Deutsche Krebshilfe unterstützt diese Woche mit ihrem Präventionsratgeber für Männer „Riskante Partnerschaft. Mehr Gesundheit – Weniger Alkohol“.**



Das Trinken von Alkohol ist weitgehend gesellschaftlich anerkannt und alkoholische Getränke sind praktisch unbegrenzt verfügbar. Lediglich an Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren darf kein Alkohol abgegeben werden. „Viele Menschen gehen jedoch zu sorglos mit dem Alkohol um, da der Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und Krebs unbekannt ist oder verdrängt wird“, so Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe. Experten schätzen, dass alkoholische Getränke für zehn Prozent aller Krebserkrankungen bei Männern und drei Prozent aller Krebserkrankungen bei Frauen verantwortlich sind.

Ein regelmäßiger Alkoholkonsum begünstigt das Entstehen verschiedener Krebsarten, darunter Darm-, Speiseröhrenkrebs und Brustkrebs. Ursache für die krebsfördernde Wirkung ist unter anderem das Acetaldehyd, eine Substanz, die beim Abbau von Alkohol im Körper entsteht und von Wissenschaftlern als krebserregend eingestuft wird.

Anlässlich der Aktionswoche Alkohol empfiehlt Dr. Raphael Gaßmann, Geschäftsführer der DHS, die Beachtung von Regeln im Umgang mit Alkohol: „Gesunde Männer sollten nicht mehr als einen Viertelliter Wein oder 0,6 Liter Bier pro Tag trinken, gesunde Frauen die Hälfte davon nicht überschreiten. Zudem sollten mindestens zwei alkoholfreie Tage pro Woche eingelegt werden. Allerdings ist es schwer, einen Grenzwert festzulegen, da es einen risikofreien Konsum von Alkohol nicht gibt. Risiken, die eine alkoholbezogene Erkrankung fördern könnten, sollten darüber hinaus gemieden werden. Dazu zählt insbesondere Tabakrauchen.“

Jeder dritte Mann und jede fünfte Frau überschreiten die empfohlene tägliche Trinkmenge. Insbesondere die Gruppe der über 30-jährigen Männer entwickelt häufig riskante Trinkgewohnheiten. Deshalb unterstützt die Deutsche Krebshilfe mit einer gemeinsam mit der DHS produzierten Informationsbroschüre die Aktionswoche Alkohol. Mit dem Präventionsratgeber für Männer „Riskante Partnerschaft. Mehr Gesundheit – Weniger Alkohol“ spricht die Deutsche Krebshilfe Interessierte an und ruft zu einem bewussteren Umgang mit Alkohol auf. Der Ratgeber kann kostenlos unter [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de) bestellt oder heruntergeladen werden.

*Interviewpartner auf Anfrage!*

Bonn, 11. Mai 2017