

Alkohol – Fluch oder Segen?

Als uraltes Kulturgut war Alkohol schon immer eng mit religiösen und gesellschaftlichen Riten verknüpft. Hinweise auf den Konsum von alkoholischen Getränken und deren positive wie negative Effekte finden sich in mesopotamischen Keilschrifttafeln ebenso wie in altägyptischen Schriftrollen oder im Alten Testament. In der Antike war der Wein ein zentraler Bestandteil des Alltags, der in der griechischen und römischen Kultur sogar mit einer Gottheit bedacht wurde. Von Dionysos, dem griechischen Gott des Weines, stammen auch die ersten Regeln für massvollen Weingenuss. Am Alkohol scheiden sich seit jeher die Geister: Während die einen ihn verteufeln und für viele negative Erscheinungen unserer Kultur verantwortlich machen, betonen andere seine positiven und verharmlosen seine schädlichen Effekte. Die Wahrheit liegt sicher irgendwo dazwischen. Wie oft bei kontroversen Themen wird auch die Diskussion über das Für und Wider von Alkohol oft auf der Basis von Halbwissen oder Vermutungen anstatt wissenschaftlich belegter Fakten geführt.

Vor diesem Hintergrund präsentiert das vorliegende Heft der SZE den aktuellen Wissensstand zu einer breiten Palette von interessanten Fragen rund um das Thema «Alkohol in der Ernährung». Der erste Beitrag von Prof. Westerterp ist den Auswirkungen von Alkohol auf die Energiehomöostase gewidmet, ein komplexes Thema, über das es zum Teil nur nebulöse Vorstellungen gibt. Auch wenn diesbezüglich nicht alle Fragen geklärt sind, scheint nämlich moderater, regelmässiger Konsum von Alkohol, trotz dessen hohen Energiegehalts, zumindest bei normalgewichtigen Personen kaum zu einer Körpergewichtszunahme zu führen. Der Beitrag von Prof. Spanagel führt uns in das spannende Gebiet der Alkoholsuchtforschung und erläutert den aktuellen Wissensstand bezüglich der neurochemischen und molekularen Mechanismen, die in den Belohnungseffekt von Alkohol, aber auch in die Alkoholabhängigkeit mit allen ihren Konsequenzen involviert sind. Im dritten Beitrag stellt Prof. Parlesak die Vielzahl der negativen Wirkungen des Alkohols auf die verschiedenen Immunmechanismen vor, wie reduzierte Phagozytoseaktivität, Dysregulation der Zytokinbildung und gehemmte Antikörperproduktion.

Danach beschreibt Prof. Siegmund die vielfältigen alkoholinduzierten Organschäden des Verdauungstrakts und erläutert den aktuellen Wissensstand bezüglich ihrer pathogenetischen Mechanismen. Dabei betont er, dass es diesbezüglich keine positiven Effekte moderater Alkoholmengen gebe. Der Beitrag von Frau Dr. Hüsler Charles ist der wichtigen Frage des Umgangs mit Alkohol in der Schwangerschaft gewidmet und kommt zum Schluss, dass sicherheitshalber von jeglichem Alkoholkonsum während der Schwangerschaft abzuraten sei, auch wenn neuere Befunde vermuten lassen, dass geringe Mengen von Alkohol keine schädlichen Wirkungen haben. Den Abschluss bildet der Beitrag von Prof. Darioli über die möglichen protektiven Effekte von leichtem bis moderatem Alkoholkonsum bei Personen, für die Alkohol kein Gesundheitsrisiko darstellt. Er präsentiert unter anderem Zahlen bezüglich Gesamt mortalität, kardiovaskulärer Erkrankungen, aber auch Typ-2-Diabetes.

Ich möchte allen Autorinnen und Autoren nochmals sehr herzlich für ihre äusserst interessanten und aktuellen Beiträge danken. Als derzeitiger Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung freue ich mich ganz besonders, dass ich zu Beginn unserer vielversprechenden Zusammenarbeit mit der SZE als unserem deutschsprachigen wissenschaftlichen Organ Ihnen das Heft mit diesem Schwerpunktthema vorstellen darf. Vermutlich sind die meisten sozialen Trinker eher an Genuss, Entspannung und guter Stimmung interessiert als am allenfalls physisch fassbaren Gesundheitseffekt des Alkohols. Und sicher gilt gemäss Paracelsus, dass der Effekt von Alkohol (gut oder schlecht) vorwiegend von der Dosis abhängt, aber bezüglich des Lesens ermuntere ich Sie zur vollen Dosis und verspreche Ihnen, es lohnt sich!



Prof. Dr. Wolfgang Langhans

Physiology and Behaviour Group

ETH Zurich

Schorenstr. 16, 8603 Schwerzenbach

E-Mail: wolfgang-langhans@ethz.ch