

Pressemitteilung: Suchtexperten warnen vor Falschinterpretation

Alkoholkonsum wirkt gegen Corona!? Diese Aussage muss als klare Falschinterpretation abgewiesen werden. Nach wie vor besteht auch in der Krise der Konsens eines maßvollen Alkoholgenußes. Andernfalls kann dieser negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Bei Fragen oder der Suche nach Unterstützung und Hilfe, können Sie weiterhin auf die erfahrenen Experten der Suchthilfe in den Thüringer Kommunen zählen.

Kontaktssperre, Homeoffice, fehlende Freizeitangebote, Langeweile, Sorgen und Unsicherheit beeinflussen momentan unser aller Alltag maßgeblich. Diese besondere Situation bringt offenbar viele Thüringer*innen dazu, vermehrt zum Alkohol zu greifen. Trotz oder gerade weil, wie bundesweit überall, auch in Thüringen Restaurants, Bars und Clubs geschlossen haben, sind die Verkaufszahlen von Alkohol angestiegen. Belastbare Daten gibt es dazu zwar noch nicht, aber immer mehr Regierungen reichten die Beobachtungen, um konsequente Maßnahmen einzuleiten. So hat beispielsweise Grönland bereits den Verkauf von Alkohol in seiner Hauptstadt gänzlich verboten, in Westaustralien wurde zumindest die Verkaufsmenge eingeschränkt.

Dennoch kursieren in den sozialen Netzwerken jede Menge Artikel über die protektive Wirkung von Alkoholkonsum zum Schutz vor COVID-19. Das Problem dabei ist, dass solche Aussagen aus ihrem Zusammenhang gerissen sind und im falschen Kontext wiedergegeben werden. Der Konsum von Alkohol schützt nämlich keineswegs vor Corona!, so Frauke Fölsche von der Thüringer Fachstelle Suchtprävention.

Laut dem Bundesamt für Risikobewertung (BfR) reagieren "Viren, deren Erbgut von einer Fettschicht umhüllt ist empfindlich auf fettlösende Substanzen wie Alkohole oder Tenside. Wenngleich für Sars-CoV-2 hierfür noch keine spezifischen Daten vorliegen, ist es hoch wahrscheinlich, dass durch diese Substanzen die Virusoberfläche beschädigt und das Virus inaktiviert wird." Und auch der Gesundheitsminister Jens Spahn erwähnte am 11. März 2020 auf einer Pressekonferenz, dass das Virus alkoholsensibel sei. Doch die Thüringer Fachstelle Suchtprävention mahnt vor einer Falschinterpretation, denn mit diesen Worten ist **nicht der Konsum von Alkohol gemeint, sondern die Desinfektion von Händen und Oberflächen**. Dem Virologen Alexander Kekulé zufolge, werden Viren so schnell nachgebildet, dass man mit dem Desinfizieren des Rachens durch das Trinken von Alkohol gar nicht hinterherkommen würde.

Zusätzlich schwächt Alkohol das Immunsystem. Da Menschen mit einem schwachen Immunsystem bekanntermaßen zur Risikogruppe gehören, hält die Thüringer Fachstelle Suchtprävention Alkohol trinken somit für keine hilfreiche Strategie gegen eine Infektion mit COVID-19. Für einen risikoarmen Konsum empfiehlt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Männern maximal 24 g, Frauen maximal 12 g Alkohol pro Tag zu sich zu nehmen. Das entspricht etwa zwei bzw. einem Standardglas. An mindestens zwei Tagen sollte ganz auf Alkohol verzichtet werden.

Sollten Sie in dieser schwierigen Situation Probleme mit dem eigenen Alkoholkonsum oder dem eines Angehörigen haben, stehen für Sie in Thüringen in jeder Kommune Beratungsangebote zur Verfügung. Im Namen aller Thüringer Suchtpräventionsfachkräfte und Suchtberatungsstellen möchten wir Sie dazu ermutigen die offenen Ohren der Expertinnen und Experten zu nutzen und sich mit Ihren Ängsten und Nöten an sie zu wenden, so Frauke Fölsche. Eine Liste der Ansprechpartner und Öffnungszeiten finden Sie unter www.thueringer-suchtpraevention.info.

Und auch die Suchtselbsthilfe organisiert sich online neu. Auf der Website www.lotsennetzwerk.de gibt es praktische Tipps und eine Übersicht aktueller Möglichkeiten für alle Mitglieder der Suchtselbsthilfe, die momentan keine Gruppen besuchen können und denen damit die bekannten und bewährten Strukturen wegbrechen.

Neben den weiter bestehenden Angeboten der Suchthilfe ist es auch allgemein für jede Bürgerin und jeden Bürger, gerade in Zeiten von Corona und den damit einhergehenden Beschränkungen wichtig, sich kleine Wohlfühlmomente im neu strukturierten Alltag zu schaffen, um auftretenden Stressmomenten entgegenzusteuern. Sei es die Aufrechterhaltung sozialer Kontakte über Videochats oder Telefonate oder Spaziergänge in der Frühlingssonne. Viele Organisationen bieten auch Anregungen für gemeinsame Unternehmungen für Familien mit Kindern, welche beispielsweise unter www.kinderstarkmachen.de gefunden werden können. Durch diese gemeinschaftlichen Bemühungen kann hoffentlich ein guter Weg aus der Krise gefunden werden. Bleiben Sie gesund!

Erfurt, 15.04.2020

Frauke Fölsche, Vivien Voit

Thüringer Fachstelle Suchtprävention