

Alkohol – Gift für Kinder, Gefahr für Jugendliche

Die Stiftung Kindergesundheit informiert über die akuten und nachhaltigen Risiken des Alkoholkonsums in jungen Jahren

Es mag komisch klingen, aber die Corona-Jahre hatten trotz allem Ungemach auch einen positiven Effekt: Während der Pandemie mussten weniger Kinder und Jugendliche mit einer Alkohol-Vergiftung in einem Krankenhaus behandelt werden, berichtet die Stiftung Kindergesundheit in einer aktuellen Stellungnahme. Doch die Freude währte nur kurz. Das Ende der Abstandsregeln in der Öffentlichkeit, in Schulen und Gaststätten, bei Feiern und Veranstaltungen hatte offenbar eine unerfreuliche Kehrtwende zur Folge: Nach den neuesten Auswertungen von Krankenkassen nimmt die Zahl der wegen Rauschtrinkens in eine Klinik eingelieferten jungen Menschen bereits wieder zu.

Zuvor schien die Situation von Jahr zu Jahr besser zu werden: Im Jahr 2021 landeten noch rund 11.700 Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 19 Jahren wegen akuten Alkoholmissbrauchs in der Notaufnahme. Das waren zwar immer noch erschreckend viele, aber doch 4,4 Prozent weniger als im Jahr 2020 (12.200 Fälle) und sogar 42,3 Prozent weniger als im Vor-Corona-Jahr 2019 (20.300 Fälle). Zum Vergleich: Die höchste Zahl an alkoholbedingten Klinikeinweisungen in dieser Altersgruppe gab es 2012 mit rund 26.700 Behandlungsfällen. Das bedeutet: In jenem Jahr mussten jedes Wochenende 513 Kinder und Jugendliche wegen einer Alkoholvergiftung in ein Krankenhaus eingeliefert werden!

Fast jede(r) Zehnte greift zum Glas oder zur Flasche

Insgesamt gesehen ist jedoch der Alkoholkonsum bei jungen Menschen in Deutschland seit mehreren Jahren rückläufig, berichtet die Stiftung Kindergesundheit. Der Großteil der Jugendlichen trinkt nicht regelmäßig Alkohol und betrinkt sich auch nicht bis zum Rausch. Doch bei einer Befragung im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gab fast jede(r) Zehnte der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen (8,7 Prozent) an, regelmäßig, also mindestens einmal wöchentlich, Alkohol zu trinken. In der Gruppe der 18- bis 25-jährigen waren es sogar rund 30 Prozent.

Während sich viele Erwachsene lediglich wegen der Folgen eines übermäßigen Alkoholkonsums wie wegen des drohenden Katers oder des Verlusts des Führerscheins Sorgen machen, sind bei Kindern und Jugendlichen ernsthaftere Konsequenzen für die Gesundheit zu befürchten, unterstreicht die Stiftung Kindergesundheit.

Was Alkohol im Körper anrichtet

Die akuten Folgen einer Alkoholintoxikation sind unter anderen:

- eine Entgleisung im Säure-Base-Haushalt mit der Folge von Hirnschwellungen und Nierenversagen;
- ein Kaliummangel, der zu Störungen des Herzrhythmus führen kann;
- Unterzuckerung;
- Unterkühlung;

-Erbrechen in Verbindung mit Reflexlähmungen und der möglichen Folge eines Todes durch Erstickten;

-epileptische Anfälle und Hirninfarkte.

Auch Langzeitschäden sind nicht auszuschließen.

Alkohol verändert Verhalten und Denkvermögen

„Kinder und Jugendliche reagieren sehr viel empfindlicher auf die schädlichen Wirkungen des Alkohols als Erwachsene, weil sich ihre Organe und vor allem ihr Gehirn noch entwickeln“, betont Professor Dr. Dr. Berthold Koletzko, Stoffwechselexperte der Universitätskinderklinik München und Vorsitzender der Stiftung Kindergesundheit. Wegen ihres geringeren Körpergewichts steigt der Alkoholgehalt in ihrem Blut schneller an. Der Abbau von Alkohol erfolgt dagegen langsamer, weil ihr Körper das dafür benötigte Enzym Alkoholdehydrogenase noch nicht wie bei Erwachsenen produzieren kann.

„Je früher Kinder Alkohol trinken, desto größer ist ihr Risiko, eine Schädigung zu erleiden“, unterstreicht Professor Koletzko. „Alkoholkonsum kann die Funktionen des Gehirns beeinträchtigen. Insbesondere das Rauschtrinken verursacht Veränderungen der grauen und weißen Hirnsubstanz. Durch die Einwirkung des Alkohols kommt es zu Störungen des Denkvermögens, der Konzentrationsfähigkeit und des Gedächtnisses bis zum Blackout. Auch die räumliche Wahrnehmung wird in Mitleidenschaft gezogen, die Kontrolle des Verhaltens sowie die Leistungs- und Lernfähigkeit beeinträchtigt“. Da die Organe von Kindern und Jugendlichen noch wachsen, ist auch die krebserzeugende Wirkung des Alkohols von hoher Bedeutung, dies gilt insbesondere beim gleichzeitigen Rauchen, so der Münchner Kinder- und Jugendarzt.

Besonders wichtig: Je früher Jugendliche ihr erstes alkoholisches Getränk zu sich nehmen, desto größer ist ihr späteres Risiko, als Erwachsene vom Alkohol abhängig zu werden. Wer bereits vor dem 15. Lebensjahr mit dem Trinken beginnt, hat eine rund viermal höhere Wahrscheinlichkeit später abhängig zu werden, im Vergleich zu jemandem, der erst mit 20 Jahren mit dem Alkoholkonsum beginnt.

Es steht fest: Das Vorbild sind die Eltern

Der wichtigste Wegweiser für Kinder im Umgang mit Alkohol ist und bleibt das Elternhaus, betont die Stiftung Kindergesundheit. Kinder orientieren sich an dem, was in ihrer Familie üblich ist. Der Leitsatz lautet: Statt Verbote auszusprechen, sollten Eltern selbst Vorbild sein.

Die Stiftung Kindergesundheit empfiehlt:

-Eltern sollten ihr Kind in sachlicher, nicht dramatisierender Form darüber informieren, dass der Alkoholkonsum mit Risiken verbunden ist, aber auch darüber, warum Alkohol getrunken wird. Sie sollten deutlich machen, warum es sinnvoll ist, wenig Alkohol zu trinken.

- Wenn ihr Kind ohne ihr Wissen Alkohol getrunken hat, sollten Eltern sich Zeit nehmen für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre. Sie sollten das Kind nach den Gründen fragen und ihre eigene Sorge formulieren.

- Sie sollten ihre eindeutige Haltung zu dem Vorfall zum Ausdruck bringen und konsequent die Einhaltung verbindlicher Regeln verlangen.

- Auch wenn ihre Tochter oder ihr Sohn mit dem für dieses Alter typischen Protest reagiert, sollten Eltern dem Kind klarmachen: Alkohol ist nichts für Kinder.

Eine nachlässig „lockere“ Haltung von Eltern kann zu allzu frühem und schädlichem Alkoholkonsum ihrer Kinder führen, betont die Stiftung Kindergesundheit. Die Risiken des Alkohols sollten deshalb auf keinen Fall verharmlost werden.

Mehr Fakten und Infos im Internet

Hier bietet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA Informationen über Alkohol für Kinder und Jugendliche im Internet:

<http://www.null-alkohol-voll-power.de> (für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren)

<http://www.kenn-dein-limit.info> (für Jugendliche von 16 bis 20 Jahren)