# Intro: Mein Ansatz ist nicht einfach eine einseitige Auflärungspage zu haben, die von vornherein sagt Deutschland hat ein Alkoholproblem und das dann einseitg beleuchtet. Ich möchte mit meiner Storyline eher den Leser zum reflektieren anregen.

# Drinking behaviour in Germany - is within the limits or cause for concern?

Alcohol is well established in our society and is almost seen as an essential companion when it comes to social interaction. At most corporate parties, business meetings or even casual get-togethers and after-work meetings, drinking is part of our working culture. The same applies to university settings: student parties, bar nights and drinking games are an integral part of campus life. The link between alcohol and social interaction is so strong that consumption is often seen as a means of integrating into the community. Such a normalization carries risks, as it increases the pressure on those who do not or cannot drink alcohol. Furthermore, this can easily turn into excessive consumption and alcohol abuse, especially among young people who may not have sufficient experience or self-control. We tend not to realize how much alcohol is tolerated and how difficult it might be for people with a serious alcohol problem to resist this constant confrontation. The mere fact that liquor is offered at the supermarket counter to increase the likelihood of impulse purchases is ethically doubtful. Particularly considering that alcohol has far-reaching social and health effects when it goes beyond mere consumption. So what exactly is the situation in Germany? Are we being misled by images of alcohol excesses from the Oktoberfest or carnival, or does Germany really have an alcohol problem?

Pay attention, here is the first graph.

## Looking at the consumption of alcohol over the last 20 years, a decrease from 147 to 120 liters can be observed.

Per capita consumption of alcoholic beverages in Germany from 2003 to 2022 (in liters)

A bar chart with text

Description automatically generated

In the chart you can see that the consumption of alcoholic beverages per capita in Germany amounted to 120.1 liters in 2022. Compared to previous years, there has been a slight downward trend in alcohol consumption. According to the annual report on addiction, the average annual per capita pure alcohol content is around ten litres of pure alcohol.(Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V., 2023).

Die Betrachtung des sinkenden Trends lässt zu dem Schluss leiten, dass der Alkoholkonsum in Deutschland dann nicht so schlimm sein kann – schließlich hat es sich ja schon gebessert. Für Personen, die auch gern mal das ein oder andere Glas oder mehr trinken, kann dies auch sehr dienlich sein zur kognitiven Dissonanzreduktion. Genauso wie andere Dissonanzreduktionsstrategien die wir nutzen um bsp. unser Trinkverhalten vor sich selbst rechtfertigen eventuell siehst du dich hier wieder: Ja ich hab jetzt ziemlich viel getrunken, aber dafür rauche ich ja nicht und außerdem mache ich viel Sport und ernähre mich gesund! Ich selbst erwische mich auch ständig im Alltag bei der Dissonanzreduktion. Für sowas sind solche Statisitken natürlich sehr willkommen. Betrachtet man aber lediglich die Zahl, dass Menschen 1

eventuell falshe Schlüsse ziehen und bringt uns

Deutschland zählt trotz eines seit den 1990er-Jahren zu beobachtenden Rückgangs des Alkoholkonsums weltweit zu den zehn Ländern mit dem höchsten Pro-Kopf-Konsum ([4](https://www.aerzteblatt.de/archiv/226329/lit.asp), [5](https://www.aerzteblatt.de/archiv/226329/lit.asp)).

## The annual costs of harmful alcohol consumption are €57.04 billion

Auf der Grafik links sind die Verteilungen der Kosten aufgrund von schädlichen Alkoholkonsum zu sehen. Die Roten Felder stellen dabei direkte Kosten da, wie Krankheits – und Pflegekosten, während die grünen Farben die indirekten Kosten, also sowas wie Produktivitätsverlust darstellt. Das Verhältnis von direkten und indirekten kosten beträgt 29% zu 71% mit 16,59 Mrd. Euro direkten und 40,44 Mrd indirekten verursachten kosten.

* Marketing, Verkauf und schädlicher Konsum von Alkohol verursachen Menschenrechtsverletzungen.
* Die Produkte und Praktiken der Alkoholindustrie beeinträchtigen eine nachhaltige Entwicklung.
* Alkohol wurde mit einer 30-Tages-Prävalenz von 70,5 % (36,1 Millionen) am häufigsten von den Befragten konsumiert
* Ein problematischer Konsum lag für Alkohol bei 17,6 % (9,0 Millionen)

Alkoholkonsum wurde für den Zeitraum der letzten 30 Tage mithilfe eines getränkespezifischen Frequenz-Menge-Index getrennt für Bier, Wein/Sekt, Spirituosen und alkoholische Mixgetränke erfasst. Episodisches Rauschtrinken wurde definiert als der Konsum von fünf oder mehr Gläsern Alkohol (circa 70 g Reinalkohol) an mindestens einem Tag in den letzten 30 Tagen. Ein täglicher Konsum von mehr als 12 g (Frauen) beziehungsweise 24 g (Männer) Reinalkohol wurde als Schwellenwert für einen riskanten Alkoholkonsum definiert ([11](https://www.aerzteblatt.de/archiv/226329/lit.asp)

, [12](https://www.aerzteblatt.de/archiv/226329/lit.asp)). Als Indikator für problematischen Alkoholkonsum (Hinweis auf Abhängigkeit) in den letzten zwölf Monaten wurde der Alcohol Use Disorder Identification Test (AUDIT) verwendet ([e3](https://www.aerzteblatt.de/archiv/226329/lit.asp)).

Den Konsum von Alkohol in den letzten 30 Tagen gaben insgesamt 70,5 % (36,1 Millionen Personen) der Befragten an *(Tabelle 3)*. Davon berichteten 33,3 % von mindestens einer Episode des Rauschtrinkens – mit einer höheren Prävalenz bei Männern (41,9 %) als bei Frauen (23,3 %). Unter den Alkoholkonsumenten wurde der Konsum riskanter Alkoholmengen von 21,9 % (7,9 Millionen Personen) angegeben. Unterschiede zwischen den Prävalenzwerten bei Männern (21,1 %) und Frauen (22,9 %) waren statistisch nicht signifikant. Ein problematischer Alkoholkonsum lag bei 17,6 % (9 Millionen Personen) der Befragten vor *(Tabelle 2)*.

Gründe:

Werbung

Günstig Geld: „Im europäischen Vergleich gibt es kein Land, wo so viel Alkohol für ein durchschnittliches Monatseinkommen gekauft werden kann.“

Als Schwellenwert für riskanten Alkoholkonsum wurde ein täglicher Konsum von mehr als 12 g Reinalkohol bei Frauen beziehungsweise 24 g bei Männern herangezogen. Episodisches Rauschtrinken wurde als Konsum von 5 oder mehr Gläsern Alkohol (ca. 70 g Reinalkohol) an mindestens einem Tag in den letzten 30 Tagen definiert.

Laut Daten der KKH Kaufmännische Krankenkasse sind vor allem immer mehr Arbeitnehmer:innen in den Dreißigern und Vierzigern betroffen. So ist die Zahl der KKH-versicherten Berufstätigen mit exzessiven Alkoholkonsum von 2011 auf 2021 bundesweit um rund ein Drittel (32 Prozent) gestiegen, in der Altersgruppe der 35- bis 39-Jährigen sogar um 88,5 Prozent. Dazu zählen neben dem Rauschtrinken auch Abhängigkeit, Entzugserscheinungen und psychische

---Verhaltensstörungen aufgrund von Alkohol.  
Vom Vor-Corona-Jahr 2019 auf das Jahr 2021 verzeichnet die KKH insgesamt ein Plus von mehr als vier Prozent, in der Altersgruppe der 40- bis 44-Jährigen sogar von 18 Prozent. Neben den Arztdiagnosen ist auch die durchschnittliche Krankschreibedauer pro alkoholsüchtigem Beschäftigten gestiegen. Den Höhepunkt der vergangenen fünf Jahre verzeichnet die KKH im ersten Corona-Jahr mit fast 41 Krankheitstagen. 2021 und 2019 waren es im Schnitt je rund 38 Tage. 2018 und 2017 mit je rund 31 Tagen noch deutlich weniger.

* Studie der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) mag Ernüchterung bringen: Laut dieser hat die Alkoholsucht unter Beschäftigten in den vergangenen zehn Jahren deutlich zugenommen. Die Zahl der KKH-versicherten Berufstätigen mit exzessiven Alkoholkonsum sei von 2011 bis 2021 um rund ein Drittel gestiegen, heißt es, in der Altersgruppe der 35- bis 39-Jährigen sogar um knapp 90 Prozent.

🡪 Grunde von IHK: **Krisen als Konsumtreiber, Suchtpotenzial oft unterschätzt, Auffälligen Konsum nicht decken (**Scham ist groß. Zum Suchtverhalten gehört darüber hinaus eine Realitätsverzerrung: Betroffene leugnen meist, dass sie getrunken haben und machen andere für ihre Probleme verantwortlich. Sie verharmlosen ihr Trinkverhalten und haben häufig Ausreden parat**)** (*Mit dem Flachmann zur Arbeit*, n.d.)

A graph of different colored rectangular shapes

Description automatically generatedA colorful rectangular bars with text

Description automatically generated with medium confidence

----