

Im Reich der Halbwahrheiten

Stimmt es wirklich, dass bereits ein Glas Wein der Gesundheit schaden kann? – **Martin M. aus St. Gallen**

Es sind viele neuere Studien – häufig von der WHO initiiert – herausgekommen, deren Ergebnisse einseitig und übertrieben interpretiert werden. Die WHO ist eine gesundheitspolitische Organisation mit einem klaren Sendungsbewusstsein. Auch muss berücksichtigt werden, dass die WHO nicht auf einzelne Menschen oder Gruppen, sondern auf die gesamte Weltbevölkerung fokussiert. So werden in jüngster Zeit Erhebungen von Drittweltländern statistisch mit überalterten Gesellschaften in Mitteleuropa verrechnet. Der daraus entstehende mögliche Nutzen von Alkohol wird mit möglichen Schäden, die in den verschiedenen Weltregionen unterschiedlich auftreten, vermischt, was zum Teil zu Ergebnissen führt, die sehr problematische oder schlicht unbrauchbare Aussagen enthalten. In einem Entwicklungsland mit einem hohen Anteil an jungen Menschen wird man beispielsweise kaum positive kardiovaskuläre Effekte beim Alkoholkonsum feststellen können – die Leute sind schlicht zu jung, um solche Probleme entwickeln zu können. Dafür sterben sie häufig sehr früh, weil die Hygiene und die konsumierten alkoholischen Getränke von schlechter Qualität sind oder es häufig zu schweren Unfällen und Gewalttaten in diesem Segment kommt. Erschwerend kommt

hinzu, dass selbst ein Mediziner, der keine entsprechende Ausbildung hat, die Wertigkeit solcher komplexer Studien nicht beurteilen kann. So werden oft vermeintliche Wahrheiten publiziert, die schlicht nicht den wissenschaftlichen Aussagen entsprechen respektive nicht für alle Menschen gleich anwendbar sind. Und je mehr solche Halb- und Unwahrheiten publiziert werden, desto mehr denken die Leute leider, dass es der Wahrheit entspricht. Es würde zu weit führen, an dieser Stelle im Detail auf die grundlegenden Fehlermöglichkeiten mancher neuerer Studien einzugehen. Wichtig ist zu wissen, dass gemäss der aktuellen wissenschaftlichen Datenlage bei einem gesunden Menschen ein zurückhaltender Alkoholkonsum kaum Gesundheitsschäden verursacht, sondern dass im Gegenteil gesundheitsfördernde Effekte wahrscheinlich sind. Geniessen Sie Ihren Wein deshalb weiterhin mit grosser Freude – und mit Mass. Schon Paracelsus sagte, dass die Dosis entscheidet, ob ein Ding giftig ist oder nicht.

**Der Sankt Galler
Philipp Schwander
ist der erste Schweizer
Master of Wine.**

