

## MDR Aktuell – Kekulé's Gesundheits-Kompass

Donnerstag, 13. April 2023

#23

**Jan Kröger, Moderator**

MDR Aktuell – Das Nachrichtenradio

**Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Alexander S. Kekulé, Experte**

Professor für Medizinische Mikrobiologie Virologie an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg sowie Direktor des Instituts für Biologische Sicherheitsforschung in Halle

### Links zur Sendung:

Kanadische Meta-Analyse – Keine gesundheitlichen Vorteile durch moderaten Alkoholenuss (31.03.2023):

<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2802963>

Südkoreanische Studie zum Demenzrisiko bei Alkoholkonsum (06.02.2023):

<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2800994>

Schottische Studie über die Auswirkungen von Mindestpreisen auf alkoholbedingte Erkrankungen und Todesfälle (21.03.2023):

<https://www.publichealthscotland.scot/media/18509/evaluating-the-impact-of-alcohol-minimum-unit-pricing-mup-on-alcohol-attributable-deaths-and-hospital-admissions-in-scotland-english-march2023.pdf>

### Donnerstag, 13. April 2023

Herzlich willkommen zur 23. Folge von „Kekulé's Gesundheits-Kompass“. Eine Folge mit großem Suchtfaktor:

- Die Bundesregierung hat ihre Pläne für die Legalisierung von Cannabis vorgestellt. Was werden diese Pläne aber in der Praxis bedeuten?
- Und wir sprechen über Alkohol und die Frage: Gibt es überhaupt eine sichere oder gesunde Menge, die man trinken kann?

Das sind die Themen heute in „Kekulé's Gesundheits-Kompass“. Wie immer werbefrei in

der App der ARD Audiothek und überall dort, wo es sonst noch Podcasts gibt.

### Jan Kröger

Ich bin Jan Kröger, Reporter und Moderator bei MDR Aktuell. Alle 14 Tage, immer donnerstags, sprechen wir mit dem Arzt und Wissenschaftler Professor Alexander Kekulé. Wir liefern Schwerpunkte zu aktuellen Gesundheitsfragen, und wir gehen auf Ihre Themenwünsche ein. Hallo, Herr Kekulé.

### Alexander Kekulé

Guten Tag, Herr Kröger.

### Jan Kröger

Herr Kekulé, wir beginnen heute mit dem, was die Bundesregierung gestern vorgestellt hat, und zwar die von manchem lange erwarteten Eckpunkte für eine Legalisierung von Cannabis. Das war ja so ein Projekt der Ampel-Regierung, das schon während der Koalitionsverhandlungen viel mediale Berichterstattung erfahren hat. Und auf ein paar Inhalte wollen wir jetzt in den kommenden Minuten eingehen. Der Besitz von Cannabis soll künftig bis zu 25 Gramm straffrei sein. Das Cannabis soll hergestellt werden in eingetragenen Vereinen tatsächlich, sogenannten Cannabis-Clubs, wo die Mitglieder dann bis zu 50 Gramm im Monat erhalten. 50 Gramm ist schon eine Menge. Da kann auch jemand, der relativ viel kifft, noch immer was abgeben an andere. Sind 50 Gramm, aus ärztlicher Sicht, dann vielleicht schon zu viel?

01:43

### Alexander Kekulé

Oh ja, das ist schon eine flotte Menge. Also, das muss man natürlich ins Verhältnis setzen. Zum einen zu Alkohol – wo man ja auch in Deutschland ziemlich viel trinken darf und das wird auch gemacht – zum anderen kommt es darauf an, wie stark der Drogengehalt in dem Haschisch drinnen ist. Es gibt ja da verschiedene Produkte. Das eine ist quasi das nicht getrocknete Cannabis, dann das mit Harz zusammengemischte Haschisch. Und bei all diesen Produkten ist immer entscheidend, wie hoch der Anteil der eigentlich wirksamen Drogen da drinnen ist, insbesondere das THC, Tetrahydrocannabinol. Und wenn, jetzt sage ich mal, 50 Gramm mit einem hohen THC-Gehalt... das

reicht schon für ein paar stoned Abende, würde ich mal sagen.

### **Jan Kröger**

Dann kommen wir insgesamt zur Beurteilung dieses Projektes mit dem Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach, der gestern auch viele in Interviews begründet hat, was man dort eigentlich vorhat. Hören wir uns einmal an, was so die zentralen Beweggründe dort der Politiker gewesen sind.

### **Karl Lauterbach**

*Ich glaube, wenn das jetzt hier richtig anrollt, dass dann der Schwarzmarkt auch sehr stark zurückgehen wird, wenn er nicht sogar einbrechen wird oder kollabieren wird. Sie müssen überlegen: Der Schwarzmarkt lebt ja davon, dass er unsaubere Produkte zum Teil zu sehr hohen Preisen verunreinigt an die Kunden bringt und damit versucht, die Menschen auch abhängiger zu machen, als sie sonst wären, auch auf andere Drogen umzustellen. All dies lohnt sich ja nicht mehr, wenn es hier ein zum Selbstkostenpreis quasi wie in einer Genossenschaft angebotenes Produkt gibt, wo der Mensch sich darauf verlassen kann: Es sind keine Verunreinigungen und es ist nicht teurer als der Selbstkostenpreis.*

### **Jan Kröger**

Also fassen wir mal zusammen: Die wesentlichen Begründungen sind tatsächlich den Schwarzmarkt und die Drogenkriminalität sozusagen auszutrocknen. Mit diesen Cannabis-Clubs würde es gelingen, den Anbau und die Verbreitungswege zu überwachen. Es gäbe auch eine Art Qualitätskontrolle dadurch und eben auch die Weitergabe könnte verhindert werden. Das sind so die wesentlichen Argumente. Das zielt also deutlich mehr auf die Kriminalisierung der Droge, auf die Kriminalisierung von Cannabis ab. Können Sie die Beweggründe nachvollziehen?

### **Alexander Kekulé**

Ja, die Beweggründe sind immer noch die alten wie die neuen. Das ist ja eine uralte Diskussion. Wir hatten das Thema auch schon mal im Gesundheits-Kompass. Es ist ja eigentlich ein riesiges Dilemma. Die Justiz beschäftigt es, dadurch, dass bei uns der Besitz von Cannabis-

Produkten im weitesten Sinne strafbar ist. Da werden ganz viele Kleinkriminelle quasi dann vor den Amtsrichter gezerrt, und das sind aufwendige Verfahren zum Teil. Die Polizei ist damit beschäftigt und man kriminalisiert letztlich ohne Not insbesondere einen Teil der Jugend. Das heißt also, an dieser Stelle kann man sagen: Nummer 1: Überlastung der Justiz, ohne dass das jetzt eine Priorisierung sein soll. Nummer 2 ist, man will natürlich den illegalen Drogenhandel irgendwie in den Griff bekommen. Das ist ja weltweit organisierte Kriminalität, an der viele Dinge dranhängen, also über Prostitution bis zum Teil international dann auch Waffengeschäfte, ist das etwas, wo es wirklich mit Mord und Totschlag zugeht und wo natürlich die Polizei ein Interesse daran hat, dass man das irgendwie austrocknet, diesen Sumpf. Ich bezweifle – das merken Sie natürlich schon so – dass man durch diese Mini-Maßnahme in Deutschland irgendetwas an der internationalen kriminalisierten Drogenkriminalität ändern wird. Kann ich vielleicht auch genauer sagen, warum. Der wichtigste Punkt aus meiner Sicht ist ja eigentlich jetzt so explizit noch gar nicht angesprochen worden. Das ist der Jugend- und Gesundheitsschutz. Den hat Herr Lauterbach natürlich auch im Sinn. Und Lauterbachs Formel heißt ja so ein bisschen: Wir machen da so ein paar Social-Cannabis-Clubs oder wie die heißen sollen auf, machen so eine Teillegalisierung von Privatbesitz. Das führt dann dazu, dass die Drogenkartelle pleitegehen oder keine Lust mehr daran haben. Es wurde auch mal gesagt, das sei ein schwarzer Tag für den Schwarzmarkt und so dramatische Ansagen. Ja, und die ganzen Drogenbosse begehen dann Selbstmord aus Depression mit der Folge, dass unsere Jugend weniger krankgemacht wird, weil ja so wenig dann gestrecktes oder unreines – wir er glaube ich hier gerade gesagt hat – unreines Zeug auf dem Markt wäre. Das ist meines Erachtens, mit Verlaub, extrem abstrakt. Ja, das hat sich jemand am Schreibtisch ausgedacht. Und das spiegelt die Realität aus meiner Sicht aus vielen Gründen nicht wieder.

### **Jan Kröger**

Dann schauen wir mal näher auf das, was Sie gerade gesagt haben. Zunächst – Sie haben schon den Verweis gemacht – in Folge 8 vom Gesundheits-Kompass haben Sie sich mit

Camillo Schuhmann ausführlicher über Cannabis bereits unterhalten und die medizinischen Gesichtspunkte dort. Sie hatten jetzt gesagt, dass der Schwarzmarkt zentral war, auch in der Rhetorik gestern von Karl Lauterbach, und da schon etwas Kritik anklingen lassen. Warum sind Sie da so pessimistisch? Und was würde vielleicht eher helfen, um dort tatsächlich auch Erfolge vorweisen zu können?

07:07

#### **Alexander Kekulé**

Der Schwarzmarkt, das muss man sich so vorstellen: Also Cannabisprodukte gibt es ja in der verschiedensten Art. Das eine ist, dass man jetzt so etwas wie schwarzen Afghanen kaufen konnte zumindest, oder Nepalesen, das heißt also Haschisch mit hohem THC-Gehalt, was dort traditionell angebaut wird. Natürlich sind die Versorgungswege inzwischen durch den Krieg nicht mehr so optimal. Aber diese Produkte gibt es natürlich nach wie vor. Dann gibt es aus Thailand nicht getrocknete Blüten als Haschisch, die auch einen hohen THC-Gehalt haben; nordafrikanische Produkte, den sogenannten gelben Libanesen, und so weiter und so weiter. Das heißt also, das ist ein Weltmarkt, auch für verschiedene, sage ich mal, Qualitäten. So ähnlich wie bei Weinsorten wird da auch wirklich über Qualitäten gesprochen, die unterschiedliche Art von Rausch erzeugen, zumindest subjektiv wirkt das unterschiedlich. Bei dem einen ist man total müde, bei dem anderen unter Umständen eher agil. Und es ist so, dass man natürlich das alles nicht zuhause anbauen kann. Also, das Zeug, was zuhause angebaut wird, das funktioniert dann, wenn man das privat macht, ja nicht typischerweise im Garten, sonst ist der THC-Gehalt bei unseren Wetterbedingungen hier zu gering. Da braucht man dann spezielle Beleuchtung für die Zucht von diesen Pflanzen, damit die also einen hohen THC-Gehalt bekommen. Wahnsinniger Stromverbrauch übrigens, der damit einhergeht. Und was dann hinten rauskommt ist – wenn man das sozusagen selber macht und dann keine hohe Expertise hat und die Luftfeuchtigkeit steuern kann und so weiter – meistens so ein Kraut, was mehr Kopfschmerzen macht als Drogenerlebnis. Das heißt also ja, wenn der Selbstanbau jetzt dann erlaubt ist

und jeder, ich glaube, drei Töpfe auf dem Balkon haben darf oder so ähnlich ist der Vorschlag, dann wird wahrscheinlich ein Teil des Marktes natürlich davon bedient werden. Das ist ganz klar. Ich glaube aber nicht, dass die Leute, die jetzt eigentlich so die klassischen Produkte aus dem Ausland bevorzugen, dass die jetzt sagen: Dann nehme ich eben was von dem Cannabis-Club an der Ecke unten. Weil das Produkt ein anderes ist. Und deshalb glaube ich keineswegs, dass durch einen deutschen Alternativmarkt und selbst improvisierten Privatmarkt irgendwie der internationalen Drogenmafia, so muss man es ja leider nennen, irgendwie ernsthafte Konkurrenz gemacht wird. Das ist kein schwarzer Tag für den Schwarzmarkt und die sind auch nicht alle so depressiv wie Herr Lauterbach sich das in der Pressekonferenz vorgestellt hat.

#### **Jan Kröger**

Das Zweite, was Sie angesprochen hatten, war der Jugendschutz, natürlich bei jeder Droge, ob legal oder illegal eingestuft, ein wichtiges Thema. In den Eckpunkten wird da folgendermaßen angegangen: Jugendliche dürfen nicht Mitglied in diesen Cannabis-Clubs werden. An sie darf auch kein Cannabis abgegeben werden. Auch an unter 21-jährige Erwachsene wird die Abgabe begrenzt, 30 statt 50 Gramm im Monat. Und die Cannabis-Clubs müssen einen Mindestabstand einhalten zu Schulen und Kitas. Das sind die Auflagen, die dort gemacht werden. Reicht das aus?

#### **Alexander Kekulé**

Das mit dem Mindestabstand weiß ich jetzt auch nicht genau, was das heutzutage sein soll, zumal es ja ziemlich viele Schulen und Kitas zumindest in größeren Städten gibt. Das kennt man ja sonst aus dem Prostitutionsgewerbe, dass man sagt, dass in bestimmten Städten... also in Bayern ist es Gang und Gebe, dass Bordelle innerhalb einer Bannmeile nicht sein dürfen, weil man nicht will, dass das dann sozusagen zum Stadtbild gehört. Und auch eben zu dem, was Kinder ständig erleben, da finde ich hat es eine gewisse Logik. Aber so Cannabispflanzen, die sind ja nicht so, dass sie dann im Minirock irgendwie aus diesen Clubs rauskommen. Daran sehen Sie, ich mache mich so ein bisschen lustig darüber, weil viele Einzeldinge

impraktikabel sind. Und ich möchte nicht wissen, was die Polizei dazu sagt oder die Gewerkschaft der Polizei dazu sagt, wie man dann die Blumentöpfe auf dem Balkon zählen soll und solche Sachen, oder unterscheiden soll. Stellen Sie sich mal vor, Sie kontrollieren jemanden und der hat dann tatsächlich ein Cannabis-Produkt in der Tasche und sagt: Na, das habe ich mir in meinem Club besorgt. Wie soll denn der Polizist feststellen, dass das nicht im Importware ist, die er sich beim Dealer geholt hat? Also das ist richtig, richtig schwierig praktisch umsetzbar. Und der Jugendschutz ist das, was mir am wichtigsten ist davon, weil wir da ja eigentlich ähnlich wie beim Alkohol und bei anderen Drogen sagen müssen: Da können wir nicht so sehr auf Selbstverantwortung setzen. Beim Jugendschutz ist es leider diese Formel, die ich vorhin beschrieben habe – das ist ja nicht von mir, sondern von Herrn Lauterbach, ich habe ihn da im Fernsehen sprechen hören, wie er das erklärt hat – also diese Formel, dass man quasi über Bande den Jugendschutz bekommt, dadurch, dass man den illegalen Handel begrenzt und zugleich Prävention macht... das funktioniert nicht so ganz, weil einfach de facto junge Leute natürlich vom Vorbild lernen. Und wenn jetzt mehr Erwachsene legal Drogen benutzen, legal kiffen, dann ist natürlich die Situation, dass man sozusagen durch dieses Vorbild natürlich häufiger Jugendliche haben, die es auch mal ausprobieren. Jetzt ist die Frage: Hält man das für wahnsinnig gefährlich? Oder sagt man, die sollen eben lernen, mit solchen Risiken umzugehen. Solche Überlegungen sind auf keinen Fall dumm oder von vornherein falsch. Man muss nur sagen, solche Beispiele, die wir in dem Podcast, wo wir zuletzt mal darüber gesprochen haben, ja ausführlich erläutert haben, die gibt es ja schon. Und z. B. in Kalifornien ist gezeigt worden, nachdem man dann Erwachsenen erlaubt hat, bestimmte Mengen privat zu konsumieren – also eine komplette Freigabe, wie es in Deutschland eigentlich geplant ist, hat es nicht gegeben – aber es hat zunehmend so eine Toleranz quasi gegeben in Kalifornien oder gibt es. Und da ist nachgewiesen, dass im Zusammenhang damit eben mehr junge Leute Erstkontakt mit diesen Drogen hatten. Also die haben halt einfach, wenn die ganze Familie kiffte, gesagt: Oh, da will ich auch mal probieren oder so ähnlich. Und

deshalb würde ich sagen, Stufe 1 ist hier, wenn mehr Menschen diese Drogen konsumieren, wird es auch mehr Kinder geben, die damit Kontakt haben. Und da ist einfach bekannt – so, wie man das vom Zigarettenrauchen kennt – dass wenn die Eltern rauchen, da ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass die Kinder auch Raucher werden. Gleiches gilt wohl auch für den Alkohol. Da kenne ich aber die Zahlen nicht so genau. Und wie gesagt, bei dem Cannabis ist es in Kalifornien ganz eindeutig so gewesen, dass die Zahl der jungen Leute dann eben hochgegangen ist, die also Kontakt mit Drogen hatten, dadurch, dass es für Erwachsene erlaubt war. Diesen Effekt kann natürlich auch Lauterbach nicht leugnen, den will er durch vermehrte Prävention quasi dann bekämpfen. Der bayerische Gesundheitsminister Holetschek, der ja immer so ein bisschen eine freche Zunge hat, wenn es Richtung Herrn Lauterbach geht, der hat gesagt, dass ist so ähnlich, als wenn man einen Brand legt und dann sagt: Wir haben ja die Feuerwehr, lasst uns die Feuerwehr rufen. Also erst legalisieren und dann sagen, wir machen mehr Prävention für die Jugend. Das ist natürlich auch überspitzt. Aber ich glaube, diese Behauptung, dass man sagt, durch die Freigabe schützen wir die jungen Leute, ich bin da nicht so sicher, ob das verifiziert werden wird, ob das stimmen wird am Ende des Tages.

#### **Jan Kröger**

Apropos verifizieren: Diese ganze Reform rund um Cannabis beinhaltet noch eine zweite Säule, so nennt es das Bundesgesundheitsministerium. Es soll lokale Modellprojekte geben, in denen dann auch lizenzierte Geschäfte Cannabis abgeben können. Das Ganze soll dann wissenschaftlich begleitet werden. Wie finden Sie das?

14:58

#### **Alexander Kekulé**

Naja, um das zu verstehen, da muss man halt einfach kurz den Hintergrund erklären. Also die Legalize-Bewegung ist ja uralte. Ich werde dieses Jahr 65. Und das kenne ich ja so ungefähr seit meinem 15. Lebensjahr und verfolge das natürlich auch seitdem. Das ist so, dass man schon immer mit gutem Recht gesagt hat: Wa-

rum ist Alkohol überall erlaubt? Warum ist Nikotin gesellschaftsfähig? Und warum sperrt man junge Leute, wenn sie mit einem Joint erwischt werden, ein und macht ihnen unter Umständen die Karriere kaputt? Ja, für Medizinstudenten hieß es zumindest früher, dass die ihre Approbation nicht haben konnten und solche fürchterlichen Dinge. Die werden ja richtig kriminalisiert. Also die Bewegung, der der Grundansatz ist richtig. Es ist jetzt nur so, die Schlussfolgerung, die die Bundesregierung zunächst mal gezogen hat, das Konzept, was man hatte, das ist ja schon ein paar Jährchen alt. Das ist ursprünglich mal von den Grünen entwickelt worden, wenn ich es jetzt richtig sehe, und im Koalitionsvertrag ganz klar drinnen. Das hieß, Deutschland will Cannabiskonsum legalisieren, also die Strafbarkeit aufheben. Und das ist ja jetzt auch, hat Herr Lauterbach kürzlich im Fernsehen noch einmal gesagt, das Erste, was er machen will. Er will das als Betäubungsmittel aus dem Betäubungsmittelgesetz streichen. Und stattdessen sollte – das ist die ursprüngliche Idee gewesen – eine staatliche, lizenzierte, kontrollierte Produktion, Verteilung und Abgabe erfolgen, quasi wie in der Apotheke. Das ist das, wer sich das noch einmal anhören will, was wir ursprünglich sehr ausführlich im letzten Podcast dazu besprochen haben, was auch in Kalifornien gescheitert ist an logistischen Problemen. Das ist nicht so einfach zu sagen, wir machen das jetzt unter staatlicher Kontrolle. Ich will das nicht alles wiederholen. Aber ich hatte damals erhebliche Bedenken geäußert, die offensichtlich auch in Deutschland inzwischen angekommen sind. Mit der Folge, dass man stattdessen jetzt so eine Mini-Legalisierung machen will. Der andere Grund, warum das mit der vollen Legalisierung, die in Deutschland geplant war, schwierig wäre, ist einfach das internationale Recht. Deutschland hätte nach dem, was im Koalitionsvertrag klipp und klar drinnen steht, nämlich, dass Cannabis nicht mehr nicht mehr Betäubungsmittel sein soll, insbesondere das Recht der Vereinten Nationen gebrochen. Und ich glaube, das ist denen dann spät, aber doch gekommen. Es gibt da das sogenannte Einheitsübereinkommen über Suchtstoffe aus dem Jahr 1961, das heißt Single Convention on Narcotic Drugs. Das ist bis heute ein paar Mal modifiziert worden und immer noch gültig. Die

Auflagen für Haschisch sind nicht mehr so hart wie seinerzeit. Da ist zwischendurch mal was geändert worden. Aber letztlich gilt dieses Basisabkommen nach wie vor. 1988 hat man das sogenannte, wer das mal nachschauen will, Wiener Suchtabkommen geschlossen, indem die Dinge von damals dann speziell noch mal aktualisiert wurden. Nach diesen Regelungen sind die Mitgliedsstaaten – Deutschland hat es natürlich ratifiziert und durch das Bundesbetäubungsmittelgesetz umgesetzt letztlich – sind die eben verpflichtet, unter anderem Cannabis als Droge zu behandeln und sind verpflichtet, den Handel zu bestrafen und alles zu bestrafen, was sozusagen irgendwie, wenn ich mal so im weitesten Sinn sagen darf, kommerziell ist. Man ist nicht verpflichtet, jemanden zu bestrafen, der eine kleine Menge zum Eigenbesitz in der Tasche hat. Aber schon diese Produktion, wie sie da in diesen Cannabis-Clubs jetzt geplant ist, verstößt meines Erachtens eindeutig gegen dieses Übereinkommen. Und so ein UN-Übereinkommen mal schnell zu ändern, ist eben nicht so einfach. Und weil das eben so ist... da gibt es quasi zwei juristische Zügel, wenn ich mal so sagen darf. Das eine ist die Möglichkeit, etwas nicht zu bestrafen, das ist die eine Variante. Und die andere Variante ist es, etwas richtig zu legalisieren, also komplett sozusagen für legal zu erklären. Also Letzteres wäre ganz eindeutig gegen dieses UN-Übereinkommen. Und deshalb haben übrigens alle anderen Staaten, die man aus Deutschland so als liberal bezeichnet, nicht diesen deutschen Weg gewählt und gesagt: Legalize it. Sondern sie haben gesagt: Wir machen da so eine Toleranzregel, dass wir es nicht bestrafen, weil das gerade noch innerhalb dieses Abkommens ist. Also ich sage mal als Beispiel, in Portugal ist es so gemacht worden, natürlich in Holland. Viele wissen, dass es in Amsterdam solche Coffeeshops gibt nach wie vor, wo man diese Drogen nehmen kann. Gleiches haben auch andere Länder. Sogar Italien hat das mal geprüft und hat gesagt: Nein, wir können eine Legalisierung nicht machen, weil das internationalem Recht widerspricht. Also deshalb glaube ich, das war ein Rohrkrepierer vom Ansatz her, zu sagen, wir legalisieren das in Deutschland, wo andere Staaten daran gescheitert sind. Und was jetzt eben jetzt davon übriggeblieben ist, ist zum einen etwas relativ

Triviales. Nämlich, das ist möglich, zu sagen: Obwohl es eigentlich verboten ist, lassen wir straffrei den Besitz bestimmter Mengen für den Eigenbedarf. Besitz und Konsum das bestrafen wir nicht. Und zum zweiten eben diese Clubs und diese Modellprojekte und letztlich wird das nichts werden, weil so ein Modellprojekt... ja, da können Sie dann immer sagen, das ist gesetzgeberischer Sonderraum, da geht es vielleicht auch um mögliche Therapien. Wenn man da irgendwie dazu schreibt, das dann auch Leute da mitmachen, die Cannabis therapeutisch benützen, dann kann man so eine Ausnahmeregel der Vereinten Nationen hier ziehen, da kann man sich so ein bisschen herumschummeln. Aber es wird nicht zu einer bundesweiten Legalisierung von Haschisch kommen, weil das einfach den internationalen Gesetzen widerspricht, die übrigens in Deutschland... eben dieses Wiener Suchtabkommen von 1988, ich weiß nicht genau, wann wir das ratifiziert haben, wahrscheinlich 1989. Das geht bei uns immer sehr schnell, und das ist ja noch nicht so lange her. Und damals hat man eben gesagt: Jawoll, Cannabis ist und bleibt eine Droge. Und da steht eben auch drinnen, dass die Staaten verpflichtet sind, das zu kriminalisieren, also richtig zu bestrafen, wenn es um Handel geht, wenn es um Export, Import geht und die Dinge, die man sozusagen bei der internationalen Kriminalität vermutet.

### Jan Kröger

Also ich höre Ihrerseits viel Kritik an diesen Eckpunkten, die da gestern vorgestellt worden sind. Haben Sie auch einen Lösungsvorschlag parat? Wie könnte man da rauskommen aus dem Dilemma, dass Sie gerade aufgezeigt haben?

### Alexander Kekulé

Ich glaube mal, die Überschrift heißt für mich immer: Jugendschutz. Das ist das, wo es hauptsächlich darum geht. Internationale Kriminalität muss man mit letztlich polizeilichen Methoden bekämpfen. Und Jugendschutz, da gilt zum einen mal der Grundsatz, dass der Umgang mit Risiken lernbar ist. Also das müssen wir auch unserer Jugend zumuten, dass die das lernen. Und da ist es meines Erachtens grundsätzlich richtig, zu sagen, wenn die Eltern eine gute Methode haben, ihren Kindern beizubringen,

wie man z. B. mit solchen Drogen umgeht – da gibt es ja viele andere Beispiele von Internet-sucht bis zu sonst was, wo die Eltern ihre Kinder leiten sollten – und wenn die das auch beim Umgang mit Haschisch, Cannabisprodukten machen, dann finde ich das in Ordnung. Und dann darf man auch sagen: Ja okay, dann dürfen die Eltern das auch in die Hand nehmen und quasi ihren Kindern erklären, was da passiert. Letztlich ist das, was man machen muss aus meiner Sicht, dem Vorbild folgen, wie es in anderen Ländern auch gemacht wird. Man muss es entkriminalisieren, aber nicht legalisieren. Also nicht erlauben, sondern sozusagen die Kriminalitätsschwelle senken. Und das heißt für mich ganz klar, eben der Besitz kleiner Mengen wird einfach nicht mehr bestraft de facto. Das kann man ja auf relativ einfachem Wege machen. Ich muss jetzt auch sagen, die Polizei ist auch nicht mehr hinter jedem her, der zwei Gramm Haschisch beim Rockkonzert in der Tasche irgendwie hat oder Ähnliches. Und sie wäre eben mit dieser Neuregelung völlig überfordert, festzustellen, aus welchem Blumentopf das kommt, ob das importiert war, ob das aus einer Sozialität oder sonst woher kam, also aus so einer erlaubten Vereinigung da kam. Das heißt also, statt das zu kompliziert zu machen, würde ich sagen, eine bestimmte Untergrenze ist nicht strafbar, wird nicht bestraft de facto, wenn man die zum privaten Konsum hat. Das heißt, wer beim Dealen erwischt wird, hat ein Problem. Wer beim Kiffen erwischt wird, sollte eben absolut kein Problem mehr haben und fertig. Das zweite, was natürlich weitergehen muss, ist die Aufklärung und eben die Entlastung der Justiz, dadurch, dass eben diese einfachen Fälle dann nicht mehr kommen. Ich glaube, dann hat man auch den Effekt, den man ja eigentlich will. Man will ja, dass die jungen Leute nicht in dieses kriminelle Milieu irgendwie gedrängt werden, heimliche Aktionen machen müssen, sich ständig umdrehen müssen, wenn die Polizei in der Nähe ist, dass man da so ein bisschen mehr Freizügigkeit reinbringt. Und das geht eben ohne die Legalisierung. Damit hätte man das juristische Problem vom Tisch. Und diese Idee, dass der Staat in großem Stil Cannabis herstellt legal und dann vertreibt und vielleicht noch Steuern daran verdient, die würde ich jetzt mal auf Eis legen. Und ich habe auch den Eindruck,

dass von den Bundespolitikern jedenfalls keiner mehr so richtig Lust hat, sich damit zu identifizieren. Das wird wahrscheinlich in dieser Legislaturperiode mit diesem Feigenblatt, was sie da machen wollen, sein Bewenden haben.

24:45

### **Jan Kröger**

Ich schlage mal langsam den Bogen zu unserem zweiten Thema heute, das zweite Thema Alkohol, und bemühe dafür den Drogenbeauftragten der Bundesregierung, Burkhard Blienert, der hier im Gespräch bei MDR Aktuell auch befragt wurde zum gestern vorgestellten Reformvorhaben rund um Cannabis. Ich fange einfach mal an mit dem, was er bei uns gesagt hat.

### **Burkhard Blienert**

*Was im Moment nicht zusammenpasst, ist die derzeitige Situation. Wir haben nach wie vor bei Alkohol z. B. immer noch die Möglichkeit, dass Kinder und Jugendliche Alkohol konsumieren dürfen. Das begleitende Trinken bringe ich immer gern als Beispiel. Und auf der anderen Seite haben wir eine Diskussion über Drogen insgesamt, die nicht mehr realitätsnah ist. Und das möchte ich zusammenführen. Deshalb spreche ich von einem Paradigmenwechsel in der deutschen Drogenpolitik. Wir müssen uns ehrlich machen und dort anlegen mit Maßnahmen, wo es wirklich hilft und sinnvoll ist. Das heißt auf der einen Seite mehr Regulierung bei Alkohol und auf der anderen Seite auch mehr Regulierung bei Cannabis. Nämlich der existierende Schwarzmarkt ist für mich absolut unakzeptabel.*

### **Jan Kröger**

Gut, über den Schwarzmarkt haben wir in den letzten Minuten schon viel gesprochen. Burkhard Blienert nennt das einen Paradigmenwechsel. Auch das ist ein inflationär benutztes Wort in der Politik. Aber ich habe es so verstanden: Vorher gab es sozusagen eine Unterscheidung in legale Drogen und illegale Drogen. Und jetzt sieht man eher so einzelne Drogen, die jeweils individuell reguliert werden sollen. Es klang ein bisschen wie das, was Sie vorher zumindest vom Grundsatz her gesagt haben. Wie verstehen Sie das?

### **Alexander Kekulé**

Ja, es gibt eine Bestrebung und das ist eine positive Entwicklung. Früher war Cannabis einfach Droge. Das war früher bei dieser 1961er Regel noch im Anhang 4 gemeinsam mit Heroin und Ähnlichem aufgelistet. Das hat man inzwischen schon verbessert. Und ich glaube, man muss da schon davon ausgehen, dass wir einfach viele Drogen benutzen und dass nicht jede Droge etwas ist, wo Leute für ins Gefängnis müssen, zumindest, wenn es um den Konsum geht. Und ja, eine gewisse Ähnlichbehandlung von Cannabis und Alkohol ist sicher richtig, obwohl ich das jetzt nicht als Paradigmenwechsel beschreiben würde. Beim Alkohol muss man ja sagen, das hat vielleicht historische Gründe. Bei uns ist es einfach gesellschaftlich historisch akzeptiert, ist Teil unserer Gesellschaft. Wenn Sie sich überlegen – ich hatte es vorhin schon angedeutet – es gibt Weinkenner, es gibt Bücher, wo Sie nachlesen können, welcher Weinjahrgang wo wie gut ist. Stellen Sie sich mal vor, das wäre für die verschiedenen Cannabis-Anbaugebiete verfügbar. Als, sage ich mal, Informationen unterm Tisch wissen das die Leute schon, was bei uns nicht so offen gemacht wird. Und es gibt ja bekanntlich andere Gesellschaften, wo unter anderem Cannabis durchaus üblich ist. Und beim Alkohol gibt es eben das alles nicht. Da holt man sozusagen das kulturelle Defizit nach. Irgendwann haben die Leute mal gemerkt, dass wenn Traubensaft oder andere Säfte vergären und man es trotzdem trinkt, dass man dann lustig wird hinterher. Die Bayern sind ja berühmt dafür, dass sie – jetzt hatten wir gerade Ende der Fastenzeit – dass die während der Fastenzeit, wo sie ja nichts essen dürfen, dann quasi die Zutaten, die man sonst ins Brot tut, einfach zusammen gemanscht und vergoren haben und dann das Bier daraus gebraut haben. Erfunden haben Sie das, glaube ich nicht. Aber sie haben es zumindest erfunden als Nahrung während der Fastenzeit. Das muss auch immer lustig gewesen sein, wenn dann quasi die Mönche da nüchtern ihr braunes, flüssiges Brot zu sich genommen haben. Und deshalb hat es einfach rundweg, zumindest in den ganzen christlichen Ländern, eine Riesenkultur. Da muss man eben warnen und sagen: Alkohol ist genauso wie die anderen Drogen eben schädlich. Ja, das ist einfach schädlich. Punkt. Und man darf im Leben

Dinge machen, die schädlich sind. Das ist ja bei uns nicht verboten. So wie man zu viel Schokolade futtern kann oder zu lange Computerspiele machen darf oder auf der Autobahn schnell fahren darf, obwohl der CO<sub>2</sub>-Ausstoß dann so hoch wird, dass es zumindest nicht mehr sozial ist, also für die anderen schädlich ist. Man darf das alles bei uns im Prinzip. Aber es wäre halt schön, wenn die Menschen wissen, wo die Risiken sind, wissen, was sie damit machen und wissen, an welcher Stelle sie einfach mal Stopp sagen müssen. Und da ist es beim Alkohol relativ kompliziert, weil die Grenze zwischen so einem netten Gesellschaftstrinken und dem, was dann wirklich eindeutig gesundheitsschädlich ist, die ist nicht leicht zu erkennen.

### **Jan Kröger**

Sie haben kulturelle Gründe schon angesprochen, dass Alkohol eben auch im Alltag eine große Rolle spielt. Und ich finde, man kann das auch immer daran sehen, wie die Gesundheitsbehörden in westlichen Ländern über die vergangenen Jahrzehnte dazu übergegangen sind, immer restriktiver eigentlich mit Alkohol umzugehen, sprich ihre Empfehlungen immer weiter abgesenkt haben dazu, was ein gesunder Konsum ist. Und ein Beispiel für mich ist da Kanada, denn deren Gesundheitsbehörde hatte zum letzten Herbst klipp und klar gesagt, das Gesundeste ist einfach keinen Alkohol zu trinken. Ist das wirklich so ein weitreichender Schritt, wie ich ihn auch empfunden habe, als ich das gelesen habe?

### **Alexander Kekulé**

Ja, das ist es. Das ist ein Paukenschlag. Also meistens war es immer so, dass immer von so einer minimal gesunden Menge die Rede war. Und das ist ja, glaube ich, eine ganz interessante Diskussion. Gibt es eine Mini-Alkoholmenge, die unschädlich ist? Gibt es die überhaupt? Also es gibt ja sogar Leute, die sagen: Ja, in Südfrankreich leben die Menschen länger. Oder auch in Spanien, Portugal leben die Menschen länger, weil sie mehr Rotwein trinken z. B.. Da ist dieses Resveratrol drin im Rotwein, eine Substanz, die Sauerstoffradikale wegfangen kann. Und da hat man gesagt, das wirkt gegen das Alter und zusammen, möglicherweise mit weiteren Faktoren, die da sind, ist

eine kleine Menge Rotwein gesund. Und dass Alkohol gesund wäre, ist ja sowieso so eine uralte Idee. Da muss man sagen: Rein medizinisch, wenn man jetzt zunächst mal die rein medizinischen, nicht epidemiologisch, sondern wirklich biologischen Fakten sich anschaut, ist es leider so, dass Alkohol – man kann es drehen und wenden – und auch alkoholische Getränke sind nicht gesund. Das gilt für bestimmte Geister, die als Medizin zum Teil sogar in der Apotheke oder Drogerie abgegeben werden. Das gilt für das Gläschen Schnaps nach dem Essen, wo das Völlegefühl weggeht, so ein kleiner Verdauungshelfer. Da hat man ja, wenn man das trinkt, so das Gefühl: Ja, irgendwie dieser Alkohol, der wird wahrscheinlich das Fett, was ich da gegessen habe, besser auflösen, so eine Art Detergens, wie das Zeug, was man in die Waschmaschine gibt, um das Fett aus der Wäsche zu kriegen. Und deshalb geht es dann besser runter. So fühlt sich das vielleicht an, wenn man so einen Verdauungsschnaps hinterher trinkt. Man weiß inzwischen, dass es leider nicht so ist, sondern die Wirkung, die man da beobachtet, wenn es einem bessergeht, wenn man zu viel gegessen hat und ein Schnaps trinkt; das ist eine reine Betäubung der Magenschleimhaut. Und deshalb spürt man dieses Unwohlsein nicht mehr so sehr. Also leider kein Verdauungshelfer in dem Sinn. Im Gegenteil: Bakterien mögen das gar nicht, wenn Alkohol da ist, der sie bei der Arbeit stört. Und die Bakterien brauchen wir für die Verdauung. Das Gleiche gilt für dieses Resveratrol im Rotwein. Da gibt es inzwischen tausend Studien, dass das absolut nichts bringt, auch wenn das manche schlaue Menschen inzwischen schon als Tabletten extra verkaufen. Und da könnte man eine lange Liste machen. Aber, um das kurz zu machen, es ist wirklich so: Es gibt keine gesundheitsfördernden Effekte von Alkohol als solchem, wenn man es jetzt rein biologisch sieht. Und rein statistisch gesehen ist es so... ja, es gab immer wieder so Statistiken, die haben gesagt: Ja, wenn man so ein bisschen Alkohol trinkt, das ist gesünder als keinen Alkohol trinken, z. B. insbesondere bezüglich der Sterblichkeit, Überlebenschance, weil man gesagt hat: Also die, die ein bisschen trinken, die leben etwas länger. Inzwischen sind diese Studien – der ein



oder andere mag das vielleicht in einer Zeitung irgendwo gelesen haben, weil das natürlich dann auch immer populär gleich aufgegriffen wird – diese Studien sind alle komplett widerlegt. Und zwar gibt es einen Effekt, der hat sogar inzwischen einen Namen, der heißt Abstainer Bias auf Englisch. Also Abstainer Bias ist der Abstinenzlerfehler quasi. Der geht so: Wenn Sie irgendwie z. B. durchs viele Trinken oder aus anderen Gründen krank sind, haben Sie eine Fettleber oder so was ja, und dann gehen Sie zum Arzt und fühlen sich nicht mehr so gut und manchmal ist Ihnen auch echt schlecht, wenn Sie zu viel gegessen haben. Und dann sagt der Arzt: „Ihre Leber ist schon so kaputt, Sie müssen jetzt echt aufhören zu trinken, sonst geht es bergab.“ Oder Sie haben andere Probleme, medizinische Probleme, ich sage mal, sogar bis hin zu einer beginnenden chronischen Leukämie oder Ähnliches – gibt ja Blutkrebsarten, die über Jahrzehnte ganz langsam verlaufen – und dann sagt ihnen der Arzt: „Nein, also wenn Sie jetzt trinken, das ist keine gute Idee.“ Diese Leute setzen den Alkohol ab, aus gesundheitlichen Gründen, und die werden dann zu Nichttrinkern. Und wenn Sie diese Nichttrinker vergleichen mit den Wenigtrinkern, dann kriegen Sie den Abstainer Bias und zwar dadurch, dass Sie dann bei den Nichttrinkern plötzlich eine ungewöhnlich hohe Zahl von Kranken dabei haben, die auch früher sterben werden, weil die ja wegen einem anderen Grund abgesetzt haben. Die haben wegen eines erhöhten Sterberisikos, um es mal so formal zu sagen, den Alkohol abgesetzt und sind deshalb in der Gruppe der Null-Alkohol und das hat man früher nicht rausgerechnet. Und darum kamen ältere Studien zu dem erstaunlichen Ergebnis, dass so ein bisschen Alkohol von Vorteil sein könnte für die Überlebensrate. Also an alle, die diese alten Studien kennen: Vergessen Sie es, auch, wenn es in manchem bunten Blättern noch zitiert wird. Alkohol ist medizinisch gesehen definitiv schädlich. Und Kanada war eben das erste Land, was das jetzt auch konsequent in die Empfehlungen reingeschrieben hat und empfohlen hat: Null. Anlass war eine Studie, die jetzt auch kürzlich Ende März veröffentlicht wurde. Die war aber schon länger bekannt, von der Universität Victoria in Kanada. Die haben eben also eine sogenannte

Metaanalyse gemacht, das heißt also, alle bekannte, alle brauchbare Literatur, Fachliteratur von 1980 bis 2021, also 41 Jahre abgedeckt, haben 107 Studien insgesamt mit 4,8 Millionen Probanden und 425.000 Todesfällen ausgewertet. Und sie haben in dieser Metaanalyse, wo man sozusagen die Daten noch mal durch den Computer quetscht, um zu gucken, ob so ein großes Bild sich daraus ergeben kann, eben klipp und klar festgestellt, dass es eine Risikoerhöhung gibt, die nicht von der Hand zu weisen ist, spätestens ab 25 Gramm pro Tag für Frauen und ab 45 Gramm pro Tag für Männer. Also 25 Gramm Alkohol ist relativ viel. Aber es ist eben gezeigt worden: Wenn man eine hohe Menge Alkohol trinkt, ist das Risiko, früher zu sterben, eindeutig statistisch nachweisbar. Und – und das ist der Grund, warum man diese Konsequenz daraus gezogen hat – die die ganz wenig trinken, die haben absolut keinen Gesundheitsvorteil davon. Also die sterben nicht später deswegen. Und weil man eben hier in dieser Riesenstudie ziemlich klar gezeigt hat „Wenig trinken bringt keinen Vorteil, viel Trinken bringt ganz klar einen Nachteil“, ist die Empfehlung in Kanada jetzt so radikal geändert worden. Natürlich anders als anderswo, also wenn man jetzt z. B. daran denkt in Australien, da gelten so zehn Drinks, also zehn Büchsen Bier z. B., pro Woche noch als in Ordnung, auch von den Gesundheitsbehörden. Man soll nicht vier an einem Tag trinken. Das ist schon ganz schön viel, wenn Sie sich überlegen bei vier Bierdosen, da ist der eine oder andere schon ganz gut bedient. Im Vereinigten Königreich ist es so, dass sechs Glas Wein pro Woche quasi die untere... also die Empfehlung ist, dass man das nicht überschreiten soll. Da muss man einfach sagen, das wird demnächst alles revidiert werden, weil das medizinisch einfach... es gibt keine Mindestdosis beim Alkohol, die biologisch gesehen unschädlich wäre leider.

37:15

#### **Jan Kröger**

Und dann lese ich da trotzdem im Februar von einer Studie, die wurde in Südkorea gemacht, und die hat dann doch ein überraschendes Ergebnis zutage gefördert. Untersucht wurde dort das Demenzrisiko bzw.: Welche Auswir-

kungen hat der Alkoholkonsum auf das Demenzrisiko? Und diese Studie kam zu dem Schluss, dass mildes oder moderates Trinken zu 21% weniger Demenzerkrankungen führen würde, als wenn man gar nichts trinken würde. Haben wir da auch wieder diese Abstinenzler Bias oder steckt mehr dahinter?

### Alexander Kekulé

Nein, den gibt es bei der Demenz in dem Sinn nicht. Das wäre ja dann die Überlegung, dass jemand sozusagen Altersdemenz hat und deshalb dann sagen würde: Ich trinke jetzt weniger. Also das ist, glaube ich, zumindest nicht bekannt in dem Bereich. Aber es gibt so etwas Ähnliches. Also es gibt so ähnliche Effekte dort auch. Also ja, das ist hochinteressant. Wahrscheinlich ist das Ergebnis auch richtig. Ich habe mir die Studie sehr genau angeschaut. Da hat man über sechs Jahre lang in Südkorea eben so eine Kohorte beobachtet. Also das wurde relativ gründlich gemacht. Von 2009 bis 2021 ist die Studie insgesamt gelaufen und die Durchschnittsbeobachtung des einzelnen Probanden war um die sechs Jahre. Und die hat man eingeteilt, diese Probanden. Am Anfang hat man gefragt: Wieviel trinkst du denn so? Ja, und die haben sich dann selber eingestuft. Und dann wurden die eben in milde, moderate oder Heavy Drinkers, also schwere Trinker, sozusagen eingestuft. Moderat galt eine Dosis zwischen 15 und 30 Gramm Alkohol pro Tag. Also 15 bis 30 Gramm sind ungefähr, was weiß ich... so zwei bis drei große Gläser Wein ist dann die Obergrenze oder zwei Flaschen Bier ist die Obergrenze oder auch zwei Schnaps, also so vier bis sechs CL Schnaps ungefähr. Das wäre dann die Obergrenze, da gelten sie noch als moderate Trinker. Aber das war ja die tägliche Dosis. Also, das ist schon, ist schon ganz gut. Und Heavy, also schwere Trinker, sind dann drüber. Die haben da mehr als 30 Gramm Alkohol am Tag zu sich genommen. Das war das Eine. Und dann hat man geguckt: Was passiert im Lauf dieser Jahre, die die da beobachtet wurden, etwas über sechs Jahre? Und dann hat man gesagt, es gibt folgende Kategorien: Erstens die, die überhaupt nichts getrunken haben, vorher oder nachher. Dann gab es die, die aufgehört haben, die sind Quitter, also die quasi aufgehört haben zu trinken aus welchem

Grund auch immer. Dann gab es die Reduzierer, die die Menge deutlich reduziert haben; die, die gleich geblieben sind und welche, die ihren Konsum gesteigert haben. Dieses Ergebnis, was Sie schon erwähnt haben, ist ja schon erstaunlich, dass man sagt: Ein milder Alkoholenuss, also bis zu 15 Gramm am Tag, das heißt also bis zu einer Dose Bier am Tag z. B., ist in Ordnung und führt dazu, dass sogar die Häufigkeit von Demenz, welcher Art auch immer, ob das jetzt Alzheimer sei oder gefäßdurchblutungsbedingte Demenz spielte da keine Rolle; dass da die Häufigkeit um 21% gesenkt wurde, gegenüber denen, die gar nicht trinken. Also das klingt da schon wieder nach so einem Schutzeffekt von Alkohol, dass man sagt: Aha, also der normale Sterbliche trinkt eine Dose Bier und ist dann hinterher nicht mehr ganz so fit im Kopf wie vorher, zumindest bei den meisten. Wenn wir hier vorher eine Dose Bier trinken, wird sicher der Podcast nicht so gut wie bei zwei Nüchternen – obwohl, man weiß es nie. Aber hier ist offensichtlich so: Gegen Demenz schützt es dann irgendwie scheinbar oder gegen die Progression von Demenz. Ich lasse es mal offen, woran das liegt, weil es noch ein paar andere lustige Effekte oder interessante Effekte davon gab. Der eine, dem man natürlich erwartet, ist, die Heavy Drinkers – waren also die, die richtig viel, mehr als 30 Gramm am Tag getrunken haben, das wäre also dann in dem Bild so etwas wie drei, vier, fünf Dosen Alkohol, jeden Tag Bier oder größere Mengen anderen Alkohol – bei denen ist relativ klar, dass das Risiko für Demenzerkrankungen gestiegen ist +8%. Aber auch +8% ist ja nicht so ein knackiger Effekt wie -21%, wenn man wenig trinkt im Gegensatz zu den Nichttrinkern. Und dann fand ich jetzt noch besonders spannend folgendes: Die, die vorher nichts getrunken haben – das gab es nämlich auch in der Studie – also vorher nichts hatten, und die dann angefangen haben ein bisschen Alkohol zu trinken, also bis zu einer Dose Bier am Tag oder ein kleines Glas Wein oder sowas, die haben auch ihr Risiko gesenkt, und zwar um 7%. Das heißt also, das Risiko Demenzerkrankungen zu bekommen, haben die, indem sie während dieser Studie angefangen haben, in kleiner Menge natürlich nur zu trinken, gesenkt. Bei allen anderen ist das rausgekommen, was man erwartet, wenn so jemand, der

vorher sehr viel getrunken hat und dann ist die Dosis reduziert, dass der natürlich sein Risiko für Alzheimer und andere Demenzerkrankungen senkt, ist völlig klar. Aber diese zwei Zahlen, die sind doch interessant. Der eine fängt an zu trinken und senkt damit sein Risiko. Und der andere trinkt sowieso nur ein bisschen und hat damit ein geringeres Risiko für Demenzerkrankungen als jemand, der gar nichts trinkt. Vorhin haben wir über den Abstainer Bias gesprochen. Das ist jetzt ein anderer Effekt, der so ähnlich geht, das ist der Sick-Quitter Effect. Das heißt also, jemand, der aufhört zu trinken, weil er schon krank ist. Also z. B. ein Alzheimer-Patient, der bisher immer ein bisschen was getrunken hat und jetzt merkt: Also, wenn ich jetzt Alkohol trinke, dann kann ich mir plötzlich Sachen noch schlechter merken, als es eh schon war. Oder ich fühle mich dann noch älter oder ich vertrage es einfach nicht mehr so gut wie früher und jetzt höre ich mal lieber auf damit. Und dann hört er auf, weil er schon ein Problem bemerkt hat. Und das ist das, was bei diesen neurologischen Erkrankungen relativ häufig ist. Wenn man ein neurologisches Problem hat, verträgt man den Alkohol nicht mehr so gut, als wenn man sonst völlig gesund ist. Und deshalb hören diese Leute zum Teil auf und kommen dann in die Kategorie der Nichttrinker. Und wegen dieses Effekts, den man eben den Kranken-Aufhörer-Effekt, den Sick-Quitter Effect nennt; wegen dieses Effekts ist es so, dass eben die, die ein bisschen was trinken, da sind mehr gesunde Leute, neurologisch gesunde drin, als bei denen, die nichts trinken, weil bei den Nichtstrinkern ebensolche sind, die aufgehört haben. Und das ist einer der Gründe, warum es eben diesen merkwürdigen Effekt gibt, dass es so aussieht, statistisch gesehen, dass die Leute, die bisschen trinken, neurologisch größere Probleme haben, also hier mehr Demenzprobleme haben.

44:09

### Jan Kröger

Also ein Studienergebnis, das aufhorchen ließ. Aber wenn ich Sie jetzt richtig verstanden habe, sind das hauptsächlich statistische Effekte. Oder gab es da tatsächlich auch noch andere Ergebnisse?

### Alexander Kekulé

Rein biologisch steckt da wahrscheinlich nicht viel dahinter. Also man diskutiert natürlich immer: Könnte es sein, dass Alkoholkonsum in kleiner Menge irgendwie die Entzündungsreaktionen im Gehirn reduziert, die mitverantwortlich sind für die Entstehung von Alzheimer und Demenz? Da ist ein großes Fragezeichen dran. Es ist nicht völlig ausgeschlossen, dass es da einen gewissen positiven Effekt gibt. Das sagen natürlich hauptsächlich diejenigen, die ihren Rotwein weiterverkaufen wollen. Medizinisch gesehen gibt es bisher keinen Beleg. Aber es gibt einen anderen Effekt, der interessant ist. Und ich glaube, den sollten wir grundsätzlich beim Thema Drogen und beim Thema Alkohol mit in die Waagschale werfen. Hier haben wir ja im Gegensatz zu der kanadischen Studie nicht die Lebenserwartung, sondern wir haben sozusagen die mentale Fitness als Parameter. Wie fit sind die Leute im Kopf? Und da ist es eben so – da hat man einen unbekanntes Dritten, der in dieser Statistik sozusagen eine Rolle gespielt hat, ohne dass der bisher erwähnt wurde – und zwar ist es der: Menschen, die ein bisschen Alkohol trinken, sind typischerweise statistisch gesehen eher gesellig. Gerade im Alter, gerade wenn Demenz eine Rolle spielt, ist es so: Die Alten, die nur zu Hause sitzen und gar nichts machen, die trinken unter Umständen weniger als die, die in Gesellschaft eine kleine Menge Alkohol trinken, wenn sie eben zusammen sind und sich von den anderen dazu verführen lassen. Und so ähnlich ist es ja bei vielen Drogen, dass man sozusagen sozial dazu verleitet wird. Und der positive Effekt hier bei der Demenz, der kommt aus meiner Sicht... die wahrscheinlichste Erklärung ist, dass es hier so ist, dass die höhere soziale Inanspruchnahme, die höhere soziale Aktivität dieser Menschen dazu geführt hat, dass die Demenz nicht so schnell fortgeschritten ist. Das ist ein Effekt, der schon lange bekannt ist: dass Menschen, die viele Freunde haben, die sozial aktiv sind, dass da die Demenz nicht so stark fortschreitet, egal, ob sie Alzheimer oder eine andere Variante haben. Und das korreliert mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit eben damit, dass diese Leute eben auch in kleiner Menge dann Alkohol trinken. Wenn sie in größerer Menge trinken, haben sie dann toxische Effekte, die eine

Rolle spielen, die übrigens auch beim Alzheimer dann diese Plaquebildung beschleunigen können und so weiter. Und ich glaube, das ist bei der ganzen Drogendiskussion ein wichtiger Faktor, dass es ja auch um das subjektive Wohlbefinden geht. Und dass Menschen, wenn sie in Gesellschaft sind, sich wohlfühlen und möglicherweise deshalb dann länger leben, zumindest nicht so schnell dement werden. Und wenn das eben bei uns de facto mit einem Genuss von Drogen in kleiner Menge verbunden ist, dann muss eben jeder selber in der Lage sein, das Risiko, was ohne Frage biologisch damit verbunden ist, zu kontrollieren. Auf der positiven Seite hat man eben diesen sozialen Faktor, den dieses Gesellschaftstrinken – man kann es ja leider nicht anders nennen – mit sich bringt.

#### **Jan Kröger**

Das geht dann also wieder in die Richtung, ja letzten Endes Eigenverantwortung bzw. auch Erziehung und Aufklärung. Und damit sind wir jetzt auch beim Alkohol wieder beim Thema Jugendschutz. Da gibt es auch politische Debatten darüber, wie man damit umgehen soll. Eine Möglichkeit – haben wir vorhin auch schon beim Drogenbeauftragten Blienert gehört – ist das begleitete Trinken. Das bedeutet, Jugendliche ab 14 dürften im Beisein einer sorgeberechtigten Person in Bars oder Restaurants auch z. B. Bier oder Wein trinken. Da gab es jüngst eine Debatte darüber, weil Bayerns Gesundheitsminister Holetschek das sehr kritisch gesehen hat bzw. sich sogar dafür ausgesprochen hat, das begleitete Trinken abzuschaffen. Ist es tatsächlich so, dass dieses Heranführen von 14-Jährigen dann auch letzten Endes der Einstieg in den Alkohol ist?

#### **Alexander Keulé**

Also die Studienlage ist dort, ich hatte es vorhin, glaube ich schon mal gesagt, nicht so eindeutig wie beim Haschisch oder bei anderen Drogen oder auch bei Zigaretten. Da ist es völlig klar, wenn die Eltern rauchen, ist die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder Raucher werden, wesentlich höher. Ich würde aber einfach mal sagen: Sehr wahrscheinlich ist es so, weil das bei allen sozialen Suchtverhalten so ist, dass wenn die Eltern das vormachen, dass die Kinder das eher nachmachen werden. Deshalb

kommt es einfach drauf an, was man sich dann unter begleitetes Trinken so vorstellt. Also wenn jetzt z. B. zu Hause ein 15-Jähriger oder eine 15-Jährige sagt: Papa, du trinkst da Weißwein zum Abendessen, darf ich das auch mal probieren? Und dann finde ich, kann man ab einem gewissen Alter – 15 ist jetzt vielleicht nicht unbedingt die Zahl – aber ab einem gewissen Alter kann man dann schon sagen: Klar, kannst du das mal probieren und einen Schluck davon nehmen, um zu sehen, wie das schmeckt. Die meisten Kinder mögen es ja zum Glück nicht. Wenn begleitetes Trinken so aussieht, dass der Papa jeden Abend im schlimmsten Fall, um mal was Extremes aufzumalen, mit seinem pubertierenden Sohn in die Kneipe geht, vielleicht auch noch eine Raucherkneipe, und dann da einen nach dem anderen trinkt. Und der Kleine darf mittrinken, weil ja der Papa dabei ist, dann ist das natürlich nicht gut. Das Problem ist, dass Kinder in unserer Gesellschaft immer – und das ist ja sozial auch rechtlich so gewollt – immer abhängig sind davon, was die Eltern ihnen beibringen. Also der schlechte Einfluss der Eltern ist leider staatlich gewollt, wenn Sie so wollen. Der Staat greift hier erst ein, wenn der Jugendschutz unmittelbar betroffen ist. Also wenn es Richtung Gewalt oder Ähnliches geht, dann gibt es eine Art Wächteramt des Staates, dass der die Fürsorge, die die Eltern haben, normalerweise dann übernimmt oder den Eltern abnimmt zeitweilig. Ansonsten ist es Sache der Eltern. Und ich – wenn Sie mich jetzt sozusagen außerhalb des juristischen Bereichs fragen – ich halte sowohl bei Haschisch als auch bei anderen Drogen nichts davon, Kinder da heranzuführen. Also warum müssen die vor 18 sozusagen schon mal eine gestellte Leber bekommen oder Ähnliches? Ich bin der Meinung, dass das nicht sinnvoll ist. Und man sollte einfach immer wissen: Je später man anfängt zu trinken, desto besser ist es für die Gesundheit und desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass dann Suchtverhalten kommt, weil natürlich die Veranlagung, so Süchte zu entwickeln, das ist bei Kindern in der Zeit, wo sie ihre Identität suchen, wo sie in der Pubertät sind, wo sie noch Vorbilder suchen, und Ähnliches; da ist es wesentlich stärker, da ist die Gefahr wesentlich stärker, dass die das selber nicht kontrollieren können. Und da ist alles, was die Eltern tun

können, um zu verhindern, dass es zu so einer Entwicklung kommt, eigentlich positiv. Die Frage, was der Staat da jetzt machen soll... es gilt einfach der Grundsatz: Die Eltern dürfen ihren Kindern sehr viel erlauben, und sie dürfen ja auch mit dem Kind z. B. Tauchsport betreiben. Ich glaube ab zehn oder so was schon, können Kinder, wenn die Eltern dabei sind, einen Tauchschein machen. Da könnte man auch sagen, das ist gefährlich. Aber den Einschätzungen „Können die Kinder das schon? Sind sie dazu körperlich und mental reif genug?“ steht sozusagen der Spaß, den die Kinder daran haben, für das gewisse Restrisiko, was natürlich immer bleibt... wiegt es das auf? Diese Überlegungen, die überlassen wir in unserer Gesellschaft grundsätzlich den Eltern. Und darum würde ich es da eher bei Appellen belassen, statt mit Gesetzesänderungen zu arbeiten.

51:51

#### **Jan Kröger**

Da haben Sie schon einen weiteren wichtigen Aspekt angesprochen, das ist ja letzten Endes die Vorbildwirkung auch, die Eltern auf ihre Kinder haben. Und wenn das dann eben bei den Eltern in Sucht umschlägt und Kinder das mit ansehen, mit erleiden müssen, dann spricht man von Co-Abhängigkeit. Wer darüber mehr erfahren möchte, dem empfehle ich den MDR Aktuell Podcast „Tabubruch“, wo es eben um Themen geht, die gesellschaftlich politisch in irgendeiner Beziehung mit einem Tabu belegt sind. In einer der Folgen geht es genau um diese Co-Abhängigkeit. Unser Protagonist Henning erzählt dort, wie es ihm damit ergangen ist, was das alles bedeutet. Und damit sind wir eben schon bei der Tatsache, dass es nicht nur um den Jugendschutz geht, sondern in der Politik auch Maßnahmen diskutiert werden, die Auswirkungen hätten auch auf den Alkoholkonsum bei Erwachsenen. Ein Werbeverbot wird da in Deutschland diskutiert oder wenn man in andere Länder schaut: In Schottland gibt es z. B. den Modellversuch, dort einen Minimalpreis für Alkohol einzuführen. Sind das Maßnahmen, die ihre Sympathie erwecken können?

#### **Alexander Kekulé**

Ich glaube, den Zugang teurer zu machen oder bisschen schwieriger zu machen, zumindest

teurer zu machen, ist etwas, was funktioniert. Es ist ja so, wenn der Alkohol nichts kostet, dann ist es gerade bei jungen Leuten so, dass die sich dann eben dann auf den einen oder anderen Weg da in großem Stil bedienen können. Übrigens in Schottland, das ist ein ganz schönes Beispiel, da haben die dieses Minimum Pricing schon vor ein paar Jahren eingeführt. Ich weiß gar nicht, wie lange es das jetzt schon gibt.

#### **Jan Kröger**

2018 war es.

#### **Alexander Kekulé**

2018, das war noch die Nicola Sturgeon, die da First Minister seinerzeit war, und das war ein Riesenthema. In Schottland wird ja gerne auch getrunken, so wie in Irland. Es hat eben Tradition. Und als man dann angefangen hat, da muss also der Alkohol quasi einen Minimumpreis haben, hat das Proteste hervorgerufen. Aber jetzt sieht es wohl so aus – die ersten Auswertungen liegen jetzt auf dem Tisch – als hätte das tatsächlich dazu geführt, dass insbesondere bei jüngeren Leuten weniger Alkohol konsumiert wird, einfach, weil man sich halt quasi von seinem Taschengeld nicht mehr so viel leisten kann. Ich halte das für einen grundsätzlich richtigen Weg, dass man Dinge teuer macht, von denen man weiß, dass sie gesundheitsschädlich sind. Da muss man dann vielleicht sich über Steuern Gedanken machen, die dann vielleicht auch in die Bekämpfung der Gesundheitsfolgen fließen können. Aber das ist eigentlich eine gute Steuerung. Es ist wird ja nicht so sein, dass dann an eine Dose Bier 10€ kostet, sodass es dann quasi unerschwinglich wird. Aber es soll so sein, dass der Preis bei jungen Leuten eben auch verhindert, dass sie dann quasi im großen Stil Alkohol konsumieren.

#### **Jan Kröger**

Unsere Themen heute im „Gesundheits-Kompass“, also Cannabis und Alkohol, vielleicht noch einmal zusammenfassend gefragt: Gibt es Lehren, die man aus beiden ziehen kann zum Abschluss?

### Alexander Kekulé

Ja. Ich glaube schon. Wir sind auf einem guten Weg, dass wir beides ähnlich betrachten. Und man muss leider sagen, wenn man es knallhart medizinisch anschaut, ist beides komplett schädlich. Wenn man es juristisch anschaut, glaube ich, müssen wir den Menschen auch zutrauen und zumuten, dass sie Risiken selber einschätzen. Dass sie lernen, mit Risiken auch in diesem Bereich umzugehen, mit gesundheitlichen Risiken. Das ist ja nicht die einzige Baustelle. Und ich glaube immer, bei diesen ganzen Dingen darf man den sozialen Faktor nicht unterschätzen. Also die Medizin sagt: Nein. Aber sozial gesehen ist es so, dass eben es fürs menschliche Wohlbefinden auch wichtig ist, sich in bestimmten Gesellschaften aufgehoben zu fühlen, dass man, wenn es beim Alkohol um diesen gewissen Enthemmungseffekt geht, dass man eben auch mal nicht so steif da ist wie ein Minister bei einer Bundespressekonferenz oder Ähnliches. Und ich glaube, dieser soziale Gewinn den man zugleich hat, den muss man auf der anderen Seite schon in die Waagschale werfen, sodass man nicht zu so einer ganz strikten Ablehnung kommt, sondern zu einem vernünftigen Augenmaß, mit dem man mit diesen Drogen umgeht.

### Jan Kröger

Damit sind wir am Ende der 23. Folge von „Kekulé's Gesundheits-Kompass“. Die nächste Folge gibt es in zwei Wochen zu hören. Vielen Dank für heute, Herr Kekulé. Wir sprechen uns wieder am nächsten Donnerstag dann in „Kekulé's Corona-Kompass“. Bis dahin. Tschüss.

### Alexander Kekulé

Gerne. Bis dahin, Herr Kröger. Tschau.

### Jan Kröger

Und wenn Sie eine Frage haben oder ein Thema, über das sie mehr erfahren möchten, dann schreiben Sie uns eine Mail [gesundheitskompass@mdraktuell.de](mailto:gesundheitskompass@mdraktuell.de). „Kekulé's Gesundheits-Kompass“ gibt es als ausführlichen Podcast in der App, der ARD Audiothek und überall sonst, wo es Podcasts gibt.

**MDR Aktuell: „Kekulé's Gesundheits-Kompass“**