

Alkohol und Mortalität: Dosisfrage

k -- Hart CL, Smith GD, Hole DJ et al. Alcohol consumption and mortality from all causes, coronary heart disease, and stroke: results from a prospective cohort study of Scottish men with 21 years of follow up. BMJ 1999 (26. Juni); 318: 1725-9

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Matthias Egger

Studienziele

Mehrere Studien lassen vermuten, dass mässiger Alkoholkonsum die Mortalität senkt. Daten, die in einer grossen prospektiven Kohortenstudie gewonnen worden waren, wurden deshalb separat im Hinblick auf einen solchen Zusammenhang analysiert.

Methoden

Im Rahmen einer Studie bei 5'766 berufstätigen schottischen Männern zwischen 35 und 64 wurde initial (1970-1973) unter anderem nach den Trinkgewohnheiten gefragt. Der Alkoholkonsum wurde in Einheiten gemessen, z.B. entspricht 1 l Bier 4 Einheiten. Die Teilnehmer wurden in 6 Kategorien entsprechend der Trinkmenge unterteilt. Ausserdem wurde zwischen Bier, Wein und Spirituosen unterschieden. In der Studie wurden im übrigen zahlreiche weitere Risikofaktoren und auch die sozioökonomischen Bedingungen erfasst. 1977 wurde etwa die Hälfte der Kohorte (n=2'686) nachuntersucht. Todesfälle in der Kohorte und die Todesursachen wurden während 21 Jahren registriert.

Ergebnisse

Nach Berücksichtigung weiterer Risikofaktoren (u.a. Alter, Rauchen, Gewicht, Cholesterin, sozioökonomische Faktoren) ergaben sich folgende Resultate: Männer, die durchschnittlich 22 oder mehr Einheiten Alkohol pro Woche konsumierten, hatten eine um 22% (signifikant) erhöhte Gesamtmortalität. Noch stärker erhöht war das Risiko für Individuen, die durchschnittlich mehr als 35 Einheiten pro Woche tranken. Ebenfalls unter Berücksichtigung der anderen Risikofaktoren konnte kein Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und koronarer Mortalität gefunden werden. Nur Männer, die 8 bis 14 Einheiten Alkohol pro Woche tranken, hatten eine um rund 20% (nicht-signifikant) reduzierte koronare Mortalität. Mit zunehmendem Alkoholkonsum erhöhte sich jedoch das Risiko deutlich, an einem Schlaganfall zu sterben.

Schlussfolgerungen

Bei Männern ist starker Alkoholkonsum (ab 22 Einheiten, z.B. 5,5 l Bier pro Woche) mit einer erhöhten Gesamtmortalität verbunden. In dieser Studie konnte nicht gezeigt werden, dass Alkohol in kleineren Mengen eine Schutzwirkung aufweist.

Mässiger Alkoholkonsum ist gesund!

Diese in breiten Kreisen willkommene Botschaft wird durch die vorliegende Studie in Frage gestellt. Allerdings wird in Schottland vor allem Bier getrunken und dies unregelmässig, aber in relativ grossen Mengen. In vielen Studien war die Assoziation mit regelmässigem Konsum besonders ausgeprägt. Die Art des Getränks (Wein, Bier oder Schnaps) scheint dagegen eine untergeordnete Rolle zu spielen.¹ Schliesslich zeigte sich auch bei diesen schottischen Männern nach Kontrolle für mögliche Störfaktoren (Rauchen, Cholesterin, sozioökonomischer Status usw.) ein protektiver Effekt für die koronare Herzkrankheit (relatives Risiko 0,79, 95% Konfidenzintervall 0,61-1,01). Dieser Effekt ist zwar statistisch knapp nicht-signifikant, aber mit den Resultaten anderer Studien gut vereinbar. Mässiger Alkoholkonsum ist gesund!

Matthias Egger

1 Wannamethee SG; Shaper AG. Type of alcoholic drink and risk of major coronary heart disease events and all-cause mortality. Am J Public Health 1999(Mai); 89: 685-90