

Alkopops –

harmlose oder riskante Modegetränke?

Grundsätzliches

Der Vergleich –wie viel Alkohol ist drin

Die Risiken

Tipps für Eltern

Weitergehende Informationen, Links

Grundsätzliches

Alkoholische Mischgetränke sind süß und süffig und kommen durch ihre farbige Aufmachung jugendlich frech daher. Sie sind auf Jugendliche zugeschnitten und werden immer beliebter. In Deutschland hat sich der Verkauf seit 1998 vervielfacht. Nahezu die Hälfte der 14 bis 17-jährigen trinken Alkopops regelmäßig mindestens 1 x im Monat. 12 % trinken sie bereits jede Woche, stellte die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung fest.

Verkauf und Ausschank von Alkopops ist nur an Erwachsene über 18 Jahren zulässig

Alkopops enthalten zwischen 5 und 6 vol. % Alkohol. Durch die Kombination des Alkohols mit einem zuckerhaltigen Geschmacksträger wird das Belohnungszentrum im Gehirn direkt angesprochen. Dieses lernt Alkohol als angenehm süße Belohnung mit entspannenden und lockern- den Effekten kennen, ein fataler Effekt. Mit dem Geschmacksträger „bitter“ der bei Erwachse- nen ebenfalls mit Alkohol kombiniert wird, würde dieser hinterlistige Trick bei Kindern und Ju- gendlichen nicht klappen, diesen Geschmacksstoff sind Kinder nicht gewöhnt.

Jugendliche reagieren empfindlicher auf Alkohol als Erwachsene, die Gefahr körperlicher Schä- digungen ist bei Ihnen deshalb entsprechend größer. Alkopops haben einen höheren Alkohol- gehalt als Bier. In jeder 275 ccm Flasche verstecken sich 2 Schnäpse.

Mit diesen oft in Labors neu kreierten Getränken versucht die Alkoholindustrie den Absatzrück- gang der klassischen Alkoholika auszugleichen. Jugendliche, insbesondere Mädchen schätzen den fruchtigen Geschmack der Getränke. Viele sehen positiv, dass der Alkohol zwar in relativ hoher Menge enthalten, aber kaum zu schmecken ist.(s.o.) Die Präsentation der Getränke ist auf die Lebenswelt der Jugendlichen abgestimmt. Es wird die Gefühlsebene angesprochen und den Jugendlichen vermittelt, dass diese Getränke extra für sie gemacht seien. Erwachsene konsumieren sie in der Regel ja auch nicht. So können Jugendliche zum einen genauso Alkohol konsumieren wie Erwachsene, sich aber durch die Art des Getränks von diesen deutlich ab- grenzen.

Zur Zeit gibt es 3 Hauptarten von Alkopops auf dem Markt:

- geschmacklich veränderte Biergetränke, bei denen der säuerliche Gerb- bzw. der bittere Hopfengeschmack durch Süße und Fruchtigkeit überdeckt wird
- Limonaden, denen Spirituosen zugefügt worden sind
- Limonaden, deren Alkohol aus vergorenem Fruchtzucker stammt.

Daneben gibt es auch fertige Mixgetränke mit Wein oder Milch. Als neuer Trend zeichnen sich Getränke mit aphrodisierenden Kräutern ab in der Szene scherzhaft Viagra-Pops genannt.

Der Vergleich

275 ccm eines Alkopop-Getränks mit 5,5 vol. % Alkohol werden verglichen mit der selben Men- ge Bier oder Wein

Alkopopgetränk	5,5 vol. % Alkohol	12,1 g reinen Alkohol.
Bier	4,8 vol. % Alkohol	10,5 g reinen Alkohol.
Wein	11,0 vol. % Alkohol	24,2 g reinen Alkohol.

Die 12,1 g Alkohol im Alkopop entsprechen etwa 2 Schnäpsen mit 38 vol. % Alkohol.

Die Risiken

- Jeder von uns lernt im Laufe seines Lebens mit Stress und Belastungssituationen umzugehen. Alkohol ist auch eine Möglichkeit - leider eine sehr schnelle und jederzeit erreichbare Methode. Wenn eine halbe Stunde spazieren gehen zur Entspannung hilft, derselbe Effekt aber auch durch den Konsum eines Glases Alkohol auftritt, so verführt dies, den schnelleren Weg zu wählen. Insbesondere Kinder und Jugendliche, die noch lernen müssen, mit Problemen umzugehen, werden angeleitet, den Weg des „geringsten Aufwands“ zu wählen.
- Regelmäßiger Alkoholkonsum kann zum Erlernen problematischen Verhaltens führen. Je jünger Menschen sind, desto schneller lernt ihr Unterbewusstsein, dass eine Situation mit Alkohol zu bewältigen ist, desto eher ist die Gefahr in eine Abhängigkeit zu geraten, gegeben.
- Der süße Geschmack verdeckt den Alkoholgehalt und birgt die Gefahr, dass zu viel und zu schnell getrunken wird. Alkopops haben einen höheren Alkoholgehalt als Bier.
- Der hohe Zuckergehalt der Getränke sowie die Kohlensäure verführen zu schnellem Trinken. Dazu kommt, dass durch das in der Regel geringere Körpergewicht der Kinder und Jugendlichen die berauschende Wirkung schneller eintritt. Dazu kommt, dass der weibliche Körper aufgrund besonderer Vorgänge im Stoffwechsel deutlich empfindlicher reagiert .
- Bereits nach wenigen Drinks besteht erhöhte Unfallgefahr und die allgemeine Tendenz zu risikoreichem Verhalten.
- Alkohol ist nicht nur Genuss- sondern auch Rauschmittel, ein den Körper enorm belastendes Zellgift. Missbrauch führt zu körperlichen Schädigungen, eine Abhängigkeit kann sich entwickeln. Kinder und Jugendliche in der Entwicklungsphase reagieren besonders empfindlich auf Alkohol, der wegen ihres geringen Körpergewichts im Blut deutlich stärker ansteigt als bei Erwachsenen. Auch das für den Alkoholabbau verantwortliche Enzym kann vom Körper in der Entwicklungsphase noch nicht in genügendem Ausmaß produziert werden.
- Alkopops enthalten Farbstoffe, meist synthetischer Art, mit erheblichem Allergierisiko. Die Getränke sind oft synthetische Mixturen; was drinsteckt stammt meist aus dem Labor. Was die Alkopops im Einzelnen enthalten, erfährt der interessierte Käufer oft nicht. Denn anders als bei Limo oder Cola ist bei Alkopops ein Zutatenverzeichnis nicht vorgeschrieben, nur der Alkoholgehalt muss genannt werden.
- Je mehr der Alkohol durch Geschmacks- oder Aromastoffe überdeckt wird, desto größer ist das Risiko, sich in falscher Sicherheit zu wiegen und unmerklich Grenzen zu überschreiten.
- Wie bei allen anderen alkoholischen Getränken auch besteht beim häufigen Genuss von Alkopops die Gefahr vom seltenen in den gewohnheitsmäßigen Konsum abzugleiten und in eine Abhängigkeit zu rutschen. Die Wahrscheinlichkeit, im Lauf des Lebens Alkoholprobleme zu entwickeln, ist umso größer, je früher Kinder oder Jugendliche regelmäßig Alkohol trinken.

Tipps für Eltern

Die folgenden Hinweise gelten vorbeugend für den Genuss aller alkoholischen Getränke. Das Problem nur auf Alkopops zu beschränken ist nicht sinnvoll. Kinder sollten generell keinen Alkohol trinken. Es ist anzustreben, dass Jugendliche so spät wie möglich mit dem Alkoholkonsum beginnen.

- Eltern sollten versuchen, mit Jugendlichen, die in der Anfangsphase des Alkoholkonsums sind, ins Gespräch zu kommen. Es hilft Jugendlichen, wenn sie sich ernst genommen fühlen und wenn die Erwachsenen bereit sind, sich auch kritischen Fragen zum eigenen Alkoholkonsum zu stellen.
- Überlegen Sie, wie Ihr eigener Alkoholkonsum und Ihr Verhalten von Kindern und Jugendlichen interpretiert werden könnte und verändern Sie eventuell etwas daran.
- Informieren Sie Kinder und Jugendliche über die Mechanismen der Alkopops. Wichtig ist es, auf den hohen Alkoholgehalt hinzuweisen und gemeinsam zu überlegen, welche Gründe dahinterstehen, den Alkohol künstlich zu überdecken.
- Verbote nützen selten. Versuchen Sie mit Jugendlichen Konsumregeln zu verabreden. Bringen Sie die Thematik Alkohol und Jugendliche und auch Alkopops als Gesprächsthema in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis ein.
- Achten Sie in Ihrer Umgebung auf die Einhaltung von Jugendschutzbestimmungen. Sprechen Sie Verkäuferinnen und Verkäufer an, bei denen Sie einen Verkauf von alkoholhaltigen Getränken an unter 16-jährige oder den Verkauf von Alkopops an unter 18-jährige bemerkt haben.
- Wird es zunehmend schwierig für Sie, mit Ihrem Kind eine Gesprächsbasis zu finden, ist es wichtig, dass Sie sich Hilfe von außen holen. Fachleute aus der Jugend- oder Suchtberatung, die Präventionsstelle des Gesundheitsamtes, aber auch Ärzte Ihres Vertrauens können Sie beraten und begleiten.

Quellenangabe, weitergehende Informationen:

Dieser Text wurde zusammengestellt aus folgenden Quellen:

Stiftung Warentest, Zeitschrift Test, Ausgabe 03/2004 Seite 20 ff. In diesem ausführlichem Artikel finden sie zudem einen Test zahlreicher Alkopops sowie Hintergrundinformationen.

www.stiftung-warentest.de

Ginko Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW – BKK Landesverband NW Alkopops – der riskante Kick aus der Flasche, 4-seitiges Infoblatt, näheres im Internet unter

www.ginko-ev.de.

Schweizerische Fachstelle für Alkohol und andere Drogenprobleme, Faltblatt Alkopops: Alkoholische Mischgetränke sind süß, trendig und nicht ungefährlich, näheres im Internet unter

www.sfa-ispa.ch.