



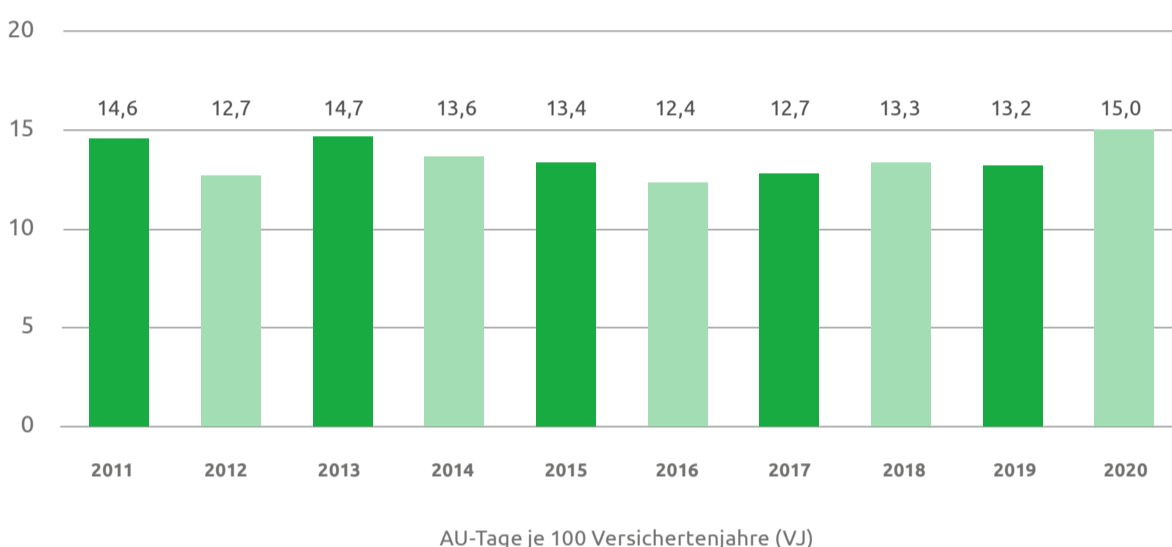
Grafik des Monats Dezember 2021

Alkoholische Getränke gehören in Deutschland zum Alltag, eine weit verbreitete unkritisch positive Einstellung zum Alkohol herrscht in der Gesellschaft vor.* Bei festlichen Anlässen aller Art, Treffen im Freundeskreis oder mit der Familie und auch an einem ganz normalen Feierabend – Bier oder Wein gehören fast automatisch dazu und sind bei vielen Menschen ein Synonym für Geselligkeit und wohlverdiente Entspannung.

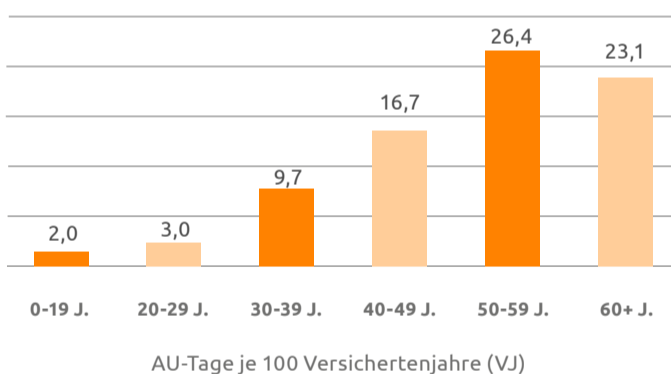
Gerade in der Advents- und Weihnachtszeit trinken viele das eine oder andere Gläschen mehr. Zum einen gibt es mit Weihnachtsmärkten und (wenn auch in diesem Jahr wieder stark reduzierten) Weihnachtsfeiern zahlreiche Gelegenheiten, zum anderen erscheint Alkohol als leicht verfügbares Mittel gegen den allgegenwärtigen Corona- und Winterblues – man möchte einfach mal abschalten und sich „etwas Gutes gönnen“. Doch nur wenigen Menschen ist dabei bewusst, wie gefährlich dieser sorglose Umgang mit alkoholischen Getränken ist – denn Alkohol ist eine Droge, die im zentralen Nervensystem bewusstseins- und wahrnehmungsverändernd wirkt und süchtig machen kann. Dabei gibt sicherlich große individuelle Unterschiede, wieviel Alkohol als unbedenklich gelten kann und ab wann man von einer Sucht sprechen muss. Neben der eher objektiven physischen Betrachtung – Alkohol als nachweislich gesundheitsschädigendes Nervengift – ist es wichtig, das Augenmerk auf die häufig weniger greifbaren psychischen Aspekte eines hohen Alkoholkonsums zu richten. Kann ich auch ohne Alkohol Spaß haben und mich entspannen? Habe ich andere Methoden, um Stress abzubauen? Und würde es mir leichtfallen, eine Weile ganz auf Alkohol zu verzichten? Häufig ist der Übergang zwischen „regelmäßig etwas trinken“ und „nicht mehr auf das Trinken verzichten können“ schleichend und der betroffenen Person selbst nicht wirklich bewusst. Oft wird der Alkoholkonsum erst dann als problematisch erkannt, wenn deswegen Konflikte in der Partnerschaft oder der Familie entstehen oder der Alkohol beginnt, sich negativ auf die Arbeits- und Leistungsfähigkeit im Berufsleben auszuwirken.

Die Fehlzeiten durch Alkoholstörungen haben in den Unternehmen im Rheinland im Pandemiejahr 2020 ein neues Zehnjahreshoch erreicht. Insgesamt rund 15 Arbeitsunfähigkeitstage (AU-Tage) je 100 Versichertenjahre fehlten die AOK-versicherten Beschäftigten ihren Betrieben, was einem Anstieg von rund 14 Prozent im Vergleich zum Jahr 2019 entspricht.

AU-Tage durch Alkoholstörungen 2011-2020



AU-Tage durch Alkoholstörungen nach Altersgruppen 2020

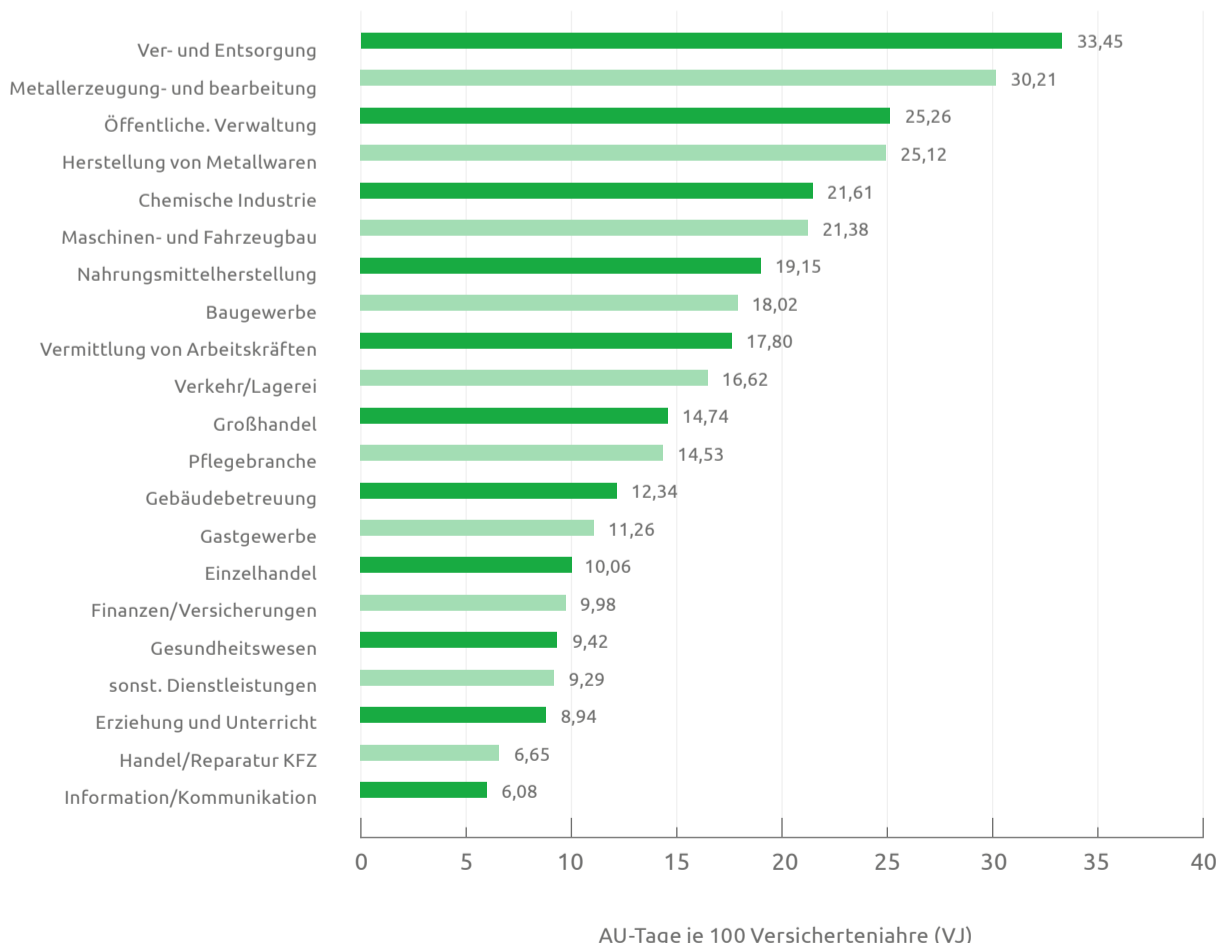


Durch Alkohol bedingte psychische Störungen und Verhaltensstörungen werden häufiger in den älteren Berufsgruppen diagnostiziert und auch die Ausfalltage wegen dieser Diagnose sind bei älteren Beschäftigten deutlich überdurchschnittlich. Am höchsten waren 2020 die Fehlzeiten bei den 50-59-Jährigen, bei denen 26,4 AU-Tage (je 100 VJ) anfielen.

Auch geschlechtsspezifisch gibt es deutliche Unterschiede, denn bei Männern ist die Fallzahl bei Alkoholstörungen etwa dreimal so hoch wie bei Frauen.

Eine höhere Fallzahl im Alter und deutlich mehr AU-Fälle bei Männern – es ist demnach nicht verwunderlich, dass eine männerdominierte Branche mit hohem Durchschnittsalter Spitzenreiter bei den Fehltagen durch Alkoholstörungen ist:

AU-Tage durch Alkoholstörungen in den Branchen 2020



Mit rund 33,5 durch Alkoholstörungen verursachten Ausfalltagen (je 100 VJ) fehlten die Beschäftigten in den Ver- und Entsorgungsbetrieben ihren Unternehmen am häufigsten.

Die AOK Rheinland/Hamburg sowie die Fachberater*innen des BGF-Instituts unterstützen Sie, wenn Sie Ihre Mitarbeitenden für einen verantwortungsvolleren Umgang mit Alkohol sensibilisieren möchten oder Fehlzeiten aufgrund von Alkoholstörungen in Ihrem Betrieb bereits ein Thema sind. Geeignete Maßnahmen sind beispielsweise Seminare, Kurse oder Vorträge zu den Themen Sucht, Stressbewältigung, Achtsamkeit, Entspannung und Glück.

*Link: [Alkoholkonsum in Deutschland: Zahlen & Fakten - Bundesgesundheitsministerium](#)