

**Zeitschrift:** Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

**Herausgeber:** Geriatriischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

**Band:** - (2005-2006)

**Heft:** 92

**Rubrik:** Altersmythos CCXX : Alkoholkonsum beschleunigt den Abbau der Hirnleistung im Alter

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## ALTERSMYTHOS CCXX

### Alkoholkonsum beschleunigt den Abbau der Hirnleistung im Alter.

#### Wirklichkeit

Während unbestrittenermassen hoher Alkoholkonsum zu geistiger Beeinträchtigung bis hin zu Demenz führt, reduziert mässiger regelmässiger Alkoholkonsum das Risiko eines Verlustes von Hirnleistungsfähigkeit auch im Alter von 70–81 Jahren.

#### Begründung

Die Weiterführung der prospektiven Beobachtung des Alkoholkonsums und der Hirnleistung von 12'480 Pflegefachfrauen, die schon seit 18 Jahren untersucht worden waren und jetzt 70–81 Jahre alt waren (Durchschnittsalter 74 Jahre) während 2 Jahren ergab: 6'385 Frauen die abstinent lebten, 5'447 die 1–14,9 Gramm Alkohol pro Tag konsumiert haben (1 Drink) und 648, die 15–30 Gramm pro Tag konsumierten (2 Drinks).

- Das Risiko für einen geistigen Abbau war bei einem Drink pro Tag reduziert auf 0,77 (95% CI, 0,67 – 0,88), resp. 0,81 (95% CI 0,7 – 0,93) je nach dem Mass für kognitive Leistungen und unterzieht sich bei 2 Drinks pro Tag nicht signifikant (RR = 0,81, 95% CI, 0,58–1,14) von dem von abstinent Lebenden.
- Es bestand kein Unterschied zwischen den verschiedenen Arten von Alkoholkonsum (zum Beispiel Wein oder Bier oder Whisky).

M.J. Stampfer et al: Effects of Moderate Alcohol Consumption on Cognitive Function in Women. NEJM 352 No.3: 245–53, 2005