

**Zeitschrift:** SuchtMagazin  
**Herausgeber:** Infodrog  
**Band:** 40 (2014)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Fazit : ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz

### **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:** 13.04.2026

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

# Fazit. Forschungsspiegel von Sucht Schweiz

## Umstände, die zum exzessiven Alkoholkonsum junger Erwachsener beitragen: Eine Literaturübersicht und Schlussfolgerungen für die Prävention

**Episodisch risikoreicher Konsum von Alkohol ist in keinem Lebensabschnitt so verbreitet wie im Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter. Anhand der internationalen Literatur und Daten aus der Schweiz werden die Umstände dieses Verhaltens in einem Lebensabschnitt analysiert, in welchem auf der einen Seite keine Abgabebeschränkungen in Bezug auf alkoholische Getränke mehr bestehen, auf der anderen Seite jedoch die für das Erwachsenenalter typische Verantwortung, etwa für Beruf, Partnerschaft und Familie oftmals noch nicht lebensbestimmend ist. Als Massnahme wird empfohlen, sowohl die Verfügbarkeit von alkoholischen Getränken am Abend einzuschränken als auch Schadensminderung zu fördern.**

### Quelle

Kuntsche, E./Gmel, G. (2013): Alcohol consumption in late adolescence and early adulthood – Where is the problem? Swiss Medical Weekly 143.

### Alkoholkonsum im Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter

Zur Erklärung, wieso exzessiver Alkoholkonsum und andere Risikoverhalten im Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter besonders verbreitet sind, finden sich in der Literatur sowohl neurobiologische als auch psychosoziale Ansätze. Erstere gehen davon aus, dass aufgrund unterschiedlicher Reifeprozesse des Gehirns die Impulskontrolle bei Jugendlichen generell noch wenig ausgeprägt ist und damit spontane, risikoreiche Verhaltensweisen gewinnbringender bzw. zielführender erscheinen. Eine psychosoziale Erklärung besteht darin, dass Jugendliche Substanzkonsum gezielt zur – zumindest vorübergehenden oder scheinbaren – Lösung bestimmter Entwicklungsaufgaben einsetzen, z.B. um die eigenen Grenzen zu testen, Unabhängigkeit gegenüber den Eltern zu demonstrieren oder Ansehen bei Gleichaltrigen zu erringen oder zu steigern. Sind die Reifeprozesse des Gehirns und die Lösung der alterstypischen Entwicklungsaufgaben weitestgehend abgeschlossen und kommt es zur Übernahme der für das Erwachsenenalter typischen Verantwortung, etwa für Beruf, Partnerschaft und Familie, verringert sich auch das Risikoverhalten oder verschwindet ganz, so die Annahmen der Forschenden.

«Fazit. Forschungsspiegel von Sucht Schweiz», so lautet die neue Rubrik im SuchtMagazin. Der Name ist Programm: Sucht Schweiz präsentiert in dieser Rubrik aktuelle Ergebnisse aus der Suchtforschung. Im Zentrum der Beiträge steht jeweils ein Forschungsartikel – eine Studie, eine Metaanalyse, ein Review oder ein Bericht – dessen Inhalt vorgestellt wird. Damit Fachleute aus der Prävention und Behandlung einen möglichst grossen Nutzen daraus ziehen können, werden die neuen Ansätze mit Blick auf den Suchthilfereich im deutschsprachigen Raum diskutiert.

Tatsächlich zeigen national repräsentative Befragungen in der Schweiz<sup>1</sup> einen Anstieg im Anteil Rauschtrinkender bis zum Alter von 20 bis 24 Jahren und ein kontinuierliches Absinken des Anteils in den höheren Alterskategorien. Gleichzeitig nimmt jedoch der Anteil täglich Trinkender stetig zu und erreicht erst bei den 75-Jährigen und älteren Personen seinen höchsten Wert.

### Besondere Trinkgewohnheiten an Wochenendabenden und damit verbundene Probleme

Ferner zeigen die Daten, dass 15- bis 24-Jährige besonders am Wochenende viel Alkohol konsumieren. Über die Lebensspanne zeigt sich, dass der Wochenendkonsum ab dem 25. Lebensjahr stark abnimmt, während der Alkoholkonsum unter der Woche leicht zunimmt. So liegt der Wochenendkonsum bei 15- bis 24-Jährigen um das Vier- bis Fünffache höher als der Konsum unter der Woche, während bei 65-Jährigen und älteren Personen diesbezüglich kaum mehr ein Unterschied besteht. Der Befund, dass das Rauschtrinken junger Erwachsener besonders am Wochenende auftritt, wurde mit häufigerem Ausgehen an Wochenendabenden (Bars, Clubs, Sportveranstaltungen, Kinos, Konzerte, Festivals usw.) einerseits und der höheren Arbeitsbelastung für Schule, Lehre oder Studium unter der Woche andererseits erklärt.

Ferner scheinen spezielle Trinkgewohnheiten an Wochenendabenden zu episodischem Risikokonsum zu führen. So konnte in einer in der Westschweiz durchgeführten Studie<sup>2</sup> beobachtet werden, dass am Wochenende die Trinkfrequenz über den Abend hinweg gesteigert wurde, so dass pro Stunde immer grössere Mengen Alkohol konsumiert wurden. Weiterhin trug das sogenannte «Vortrinken» (oder «Vorglühen») zum episodisch risikoreichen Konsum an Wochenendabenden bei. Dabei wird bereits vor dem Ausgang – oftmals im Freundeskreis und relativ früh am Abend – mit dem Alkoholkonsum begonnen. Es hat sich gezeigt, dass dieses Trinkverhalten quasi zu einer Verdopplung des Alkoholkonsums führt, zumindest im Vergleich zu Wochenendabenden, an welchen entweder nur im privaten Rahmen oder nur im Ausgang getrunken wurde.<sup>3</sup>

Diese Trinkgewohnheiten an Wochenendabenden sind insofern besorgniserregend, als sie mit besonderen negativen Konsequenzen und Problemen einhergehen. In der Literatur ist gut dokumentiert, dass Alkoholkonsum besonders bei Jugend-

lichen und jungen Erwachsenen zu den Hauptursachen für frühzeitigen Tod und Gesundheitsbeeinträchtigungen zählt.<sup>4</sup> Dies ist im Speziellen auf die hohe Anfälligkeit für Unfälle und Verletzungen unter Alkoholeinfluss zurückzuführen. Ein Grund dafür ist, dass Alkoholkonsum die Psychomotorik einschränkt und somit zu unachtsamem und aggressivem Verhalten beiträgt. Hierbei spielt wiederum das Ausgehverhalten an Wochenendabenden eine Rolle, wo es bspw. zum Autofahren unter Alkoholeinfluss kommen kann. So zeigte eine Studie,<sup>5</sup> dass selten Trinkende ein zehnfaches Risiko für Unfälle haben, wenn sie angetrunken ein Fahrzeug lenken, als dies bei täglich Trinkenden der Fall ist (welche anscheinend die Effekte des Alkohols weit besser einschätzen können). Bei jungen Erwachsenen kommt nun noch erschwerend hinzu, dass sie schon aufgrund ihres Alters wenig Autofahrfahrung besitzen.

Ein weiterer Risikofaktor besteht im oben genannten «Vor-trinken». Da hierbei bereits vor dem Ausgang teilweise grosse Mengen Alkohol konsumiert werden, besteht neben dem erhöhten Risiko, auf dem Heimweg zu verunfallen, ein solches Risiko bereits auf dem Hinweg zur Ausgehdestination (Kino, Sportveranstaltung, Bar usw.). Damit führt das «Vor-trinken» nicht nur zur oben genannten Verdopplung der konsumierten Alkoholmenge, sondern auch zu einer quasi zweifachen Wahrscheinlichkeit, alkoholbedingte Unfälle und Verletzungen zu erleiden. Ferner sind Unfälle und Verletzungen nur Beispiele für die Vielzahl von negativen Konsequenzen und Problemen, welche mit episodisch risikoreichem Konsum einhergehen, wie etwa Übelkeit und Erbrechen, Gedächtnislücken, Bewusstlosigkeit, zerbrochene Freundschaften, ungewollter oder ungeschützter Geschlechtsverkehr, Dehydration, Kopf- und Gliederschmerzen und vieles mehr.

### Was kann die Prävention tun?

Um die aus dem Alkoholkonsum junger Erwachsener an Wochenendabenden resultierenden negativen Konsequenzen und Probleme zu vermindern, erscheinen insbesondere zwei Strategien erfolgversprechend. Zum einen sollte die Verfügbarkeit von alkoholischen Getränken eingeschränkt werden. Das kann bspw. durch höhere Abgaben auf alkoholischen Getränken erreicht werden, da Jugendliche und junge Erwachsene in der Regel über ein geringeres Einkommen verfügen und damit preissensitiver sind als im späteren Lebensverlauf. Hierbei sollten besonders Getränkesorten, die gegenwärtig günstig zu kaufen sind, stärker besteuert werden (bspw. kann zur Zeit ein Liter Bier für weniger als drei Franken im Einzelhandel gekauft werden; ein Vollrausch ist damit bereits ab 10 bis 15 Franken möglich). Zudem sollte der Verkauf von alkoholischen Getränken in Geschäften ohne Ausschank, bspw. Tankstellen oder 24-Stunden Shops, am Abend, etwa ab 22 Uhr, eingeschränkt werden. Dies ist insofern wichtig, als Befunde aus der Schweiz gezeigt haben,<sup>6</sup> dass junge Erwachsene die alkoholischen Getränke, die sie kaufen, viel häufiger noch am selben Tag konsumieren als dies bei älteren Erwachsenen der Fall ist, die sich wiederum eher einen Vorrat alkoholischer Getränke anlegen. Eine andere Untersuchung<sup>7</sup> konnte zeigen, dass nach Einführung des Verkaufsverbots alkoholischer Getränke in Ki-

osken und Läden nach 22 Uhr im Kanton Genf die Anzahl der 16- bis 24-Jährigen, die aufgrund einer Alkoholintoxikation ins Spital eingewiesen wurden, im Vergleich zu den anderen Kantonen sank. Neben der Verteuerung ist dies ein gutes Beispiel für die präventive Wirksamkeit eingeschränkter Verfügbarkeit alkoholischer Getränke.

Zum anderen sollten Massnahmen zur Schadensminderung gefördert werden. Beispielsweise sollten Jugendliche und junge Erwachsene dazu motiviert werden, ein/e Fahrer/in zu bestimmen, welche/r im Ausgang und davor keinen Alkohol trinkt.<sup>8</sup> Eine wichtige Massnahme ist der Ausbau der Angebote des öffentlichen Nahverkehrs am Wochenende bis spät in die Nacht.<sup>9</sup> Ein weiteres Mittel, um negative Konsequenzen von episodisch risikoreichem Konsum an Wochenendabenden zu vermindern, besteht in der Schulung des Ausschankpersonals zur besseren Erkennung von bereits angetrunkenen Personen, um diesen keinen weiteren Alkohol mehr auszuschenken. Darüber hinaus werden in der internationalen Literatur<sup>10</sup> die folgenden Aspekte als wichtige Massnahmen zur Schadensminderung in Bezug auf Orte mit Alkoholausschank genannt: Anbieten von nicht-alkoholischen Getränken zu günstigen Preisen, Vermeidung von Überfüllung der Räume und eines hohen Geräuschpegels sowie der ungehinderte Zugang zum Ein- und Ausgang und zu den Toiletten.

**Emmanuel Kuntsche, Sucht Schweiz,  
fazit@suchtschweiz.ch**

### Literatur

- Borkenstein, R.F./Crowther, F.R./Shumate, R.P./Ziel, W.B./Zylman, R. (1974): The role of the drinking driver in traffic accidents (The Grand Rapids Study). *Blutalkohol* 11(1): 1-131.
- Gmel, G./Kuntsche, E./Rehm, J. (2011): Risky single-occasion drinking: bingeing is not bingeing. *Addiction* 106(6): 1037-1045.
- Gmel, G./Kuendig, H./Maffli, E./Notari, L./Wicki, M./Georges, A. et al. (2011): Suchtmonitoring Schweiz/Jahresbericht – Daten 2011. Bern: Bundesamt für Gesundheit (BAG).
- Homel, R./McIlwain, G./Carvolth, R. (2001): Creating safer drinking environments. S. 721–740 in: N. Heather/T.J. Peters/T. Stockwell (Hrsg.), *International Handbook of Alcohol Dependence and Problems – Part VI: Prevention of Alcohol Problems*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
- Kuntsche, E./Labhart, F. (2012): Investigating the drinking patterns of young people over the course of the evening at weekends. *Drug and Alcohol Dependence* 124(3): 319-324.
- Labhart, F./Graham, K./Wells, S./Kuntsche, E. (2013): Drinking before going to licensed premises: an event-level analysis of predrinking, alcohol consumption, and adverse outcomes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research* 37(2): 284-291.
- Wicki, M./Gmel, G. (2011): Hospital admission rates for alcoholic intoxication after policy changes in the canton of Geneva, Switzerland. *Drug and Alcohol Dependence* 118(2-3): 209-215.

### Endnoten

- 1 www.HBSC.ch; www.Suchtmonitoring.ch
- 2 Vgl. Kuntsche & Labhart 2012.
- 3 Vgl. Labhart et al. 2013.
- 4 Vgl. Gmel et al. 2011.
- 5 Vgl. Borkenstein et al. 1974.
- 6 Vgl. Gmel et al. 2011.
- 7 Vgl. Wicki et al. 2011.
- 8 Siehe z. B.: www.bemyangeltonight.ch
- 9 Siehe z. B.: www.service-pyjama.ch
- 10 Vgl. Homel et al. 2001.