

**Prof. Dr. Holger Schmid**
Gesundheitspsychologe FSP, Dozent
Leiter Institut Soziale Arbeit und Gesundheit, Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz, Olten

# Sport und Alkohol – das passt nicht zusammen! Oder vielleicht doch?

Erst im Mai war es wieder in der Lokalpresse zu lesen: "Der Vereinssport ist die beste und günstigste Suchtprävention, die es gibt." Dies meint zumindest Doris Steiner, SVP, und begrüsste damit die Ablehnung des Stimmvolkes der kantonalen Volksinitiative «Werbeverbot für Alkohol auf Sportplätzen».

Leider sind die Zusammenhänge nicht so einfach, wie es uns die Politik glauben machen will. Die Analyse «Fakten zur Bedeutung des Sports zur Suchtprävention», die das Bundesamt für Sport veröffentlicht hat (Seiler et al., 2004), zeigt ein düsteres Resultat für im Sportverein organisierte Jugendliche. Mitglieder eines Sportvereins konsumieren häufiger Alkohol als Jugendliche, die nie Mitglied eines Sportvereins waren.

Wie gut Alkohol und Sport zusammen passen, kann auch aus den Marketingstrategien der Alkoholindustrie geschlossen werden. Längst ist die bekannte Bannerwerbung auf Sportplätzen durch crossmediale Kampagnen ergänzt; es wird über ganz verschiedene Kanäle - vor Ort, im Fernsehen und den sozialen Medien - geworben.

Bei genauerer Betrachtung wird der Zusammenhang zwischen Sport und Alkoholkonsum überschätzt. In einer Westschweizer Längsschnittsstudie (Schmid, 2002) zeigte sich, dass sportliche Aktivität im Jugendlichenalter nicht den Alkoholkonsum im jungen Erwachsenenalter vorherzusagen vermag.

Hinzu kommt, dass Sport nicht gleich Sport ist. Es müssen körperliche Aktivität, die Intensität und Häufigkeit des Sporttreibens auch in verschiedenen Sportarten, der Vereinssport und der Leistungssport unterschieden werden. Je nach Funktion der Aktivität kann theoretisch ein unterschiedlicher Einfluss auf den Konsum von Alkohol, vermutet werden. Es gibt erste Hinweise, dass körperliche Aktivität das Risiko des Konsums von Alkohol und anderen Substanzen reduziert. Mit körperlicher Aktivität sind dabei alle körperlichen Betätigungen gemeint, die den Pulsschlag erhöhen und die den Energieverbrauch über den Grundumsatz anheben. Dazu kann Sport gehören, genauso wie das Herumtoben mit Freunden oder das zu Fuss zur Schule gehen. Das intensive und häufige Sporttreiben erhöht demgegenüber das Risiko des Konsums verschiedener Substanzen - wenn auch eher gering.

Sport ist das ideale Setting für Präventionsmassnahmen für den Umgang mit Alkohol. Der Sportbereich bietet sich an, weil über ihn eine gute Erreichbarkeit der Zielgruppe – also der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen – gewährleistet wird. In der Schweiz wurden verschiedene Projekte wie «Ohne Drogen – mit Sport!», MACH MIT, MOVE, MACH MITplus, START, LaOla, «cool and clean» und «sport.rauchfrei.» durchgeführt. Leider werden für die Evaluationen selten Vergleichsgruppen nutzbar gemacht, so dass zu wenig über die Wirkung der Projekte ausgesagt werden kann.

Ähnliches gilt für den therapeutischen Bereich. Hier gehört Sport in vielen stationären Alkoholbehandlungseinrichtungen zum grundlegenden Bestandteil des Behandlungskonzepts. Zur Wirksamkeit des Sports als Bestandteil der Behandlung von Alkoholproblemen kann allerdings ebenfalls erstaunlich wenig ausgesagt werden.

Solange der wissenschaftliche Nachweis der Wirksamkeit des Sports in Prävention und Behandlung aussteht, kann die Politik weiterhin der Prävention und Behandlung von Alkoholproblemen zu wenig Bedeutung zumessen und gleichzeitig die Marketingstrategien der Alkoholindustrie begrüssen.