



Foto: imago

Neue Studie relativiert den Nutzen

Ist Rotwein wirklich gut fürs Herz?

Von Christian Althoff

PADERBORN (WB). Einen Rotwein zu genießen und damit zugleich etwas für die Gesundheit zu tun – perfekt! Denn Rotwein in Maßen, das weiß jeder, ist schließlich gut fürs Herz. Oder?

Ärzte wissen schon lange, dass Rotwein nicht nur gute Eigenschaften hat, denn der Alkohol hat auch Auswirkungen auf andere Organe wie die Leber. Neu ist jetzt die Erkenntnis, dass selbst kleinste Mengen Alkohols bei manchen Menschen die Gefahr für Vorhofflimmern signifikant erhöhen können.

Eine im Januar im „European Heart Journal“ erschienene Studie, die das Trinkverhalten und die Erkrankungen von mehr als 107.000 Europäern 14 Jahre lang beobachtet hat, kommt zu dem Ergebnis: Bereits ab drei Gramm Alkohol pro Tag ist das Risiko für Vorhofflimmern erhöht. Drei Gramm sind nicht viel: In einem großen Glas Bier (0,5 Liter) oder einem großen Glas Wein (0,2 Liter) sind annähernd 20 Gramm Alkohol – mehr als das Sechsfache.

„Das Ergebnis der Studie hat mich schon überrascht“,

sagt Prof. Dr. Andreas Götte vom St. Vincenz-Krankenhaus in Paderborn. Er ist international renommierter Experte für Herzrhythmusstörungen, forscht auf dem Gebiet, und sagt: „Man kann Patienten mit Herzrhythmusstörungen jetzt wahrscheinlich nicht mehr guten Gewissens raten, mehr als 0,2 Liter Bier oder 0,05 Liter Wein am Tag zu trinken.“

Nach einer aktuellen Auswertung des Landesamts für Statistik war Vorhofflimmern mit fast 82.000 Fällen 2019 die zweithäufigste Ursache für stationäre Krankenhausaufenthalte in NRW. Auf Platz eins lag die Herzschwäche mit fast 107.000 Fällen. Vorhofflimmern – das bedeutet, dass sich die Muskeln der Herzvorhöfe unkontrolliert 400, 500 Mal pro Minute bewegen, statt zu dem Ergebnis: Bereits ab drei Gramm Alkohol pro Tag ist das Risiko für Vorhofflimmern erhöht. Drei Gramm sind nicht viel: In einem großen Glas Bier (0,5 Liter) oder einem großen Glas Wein (0,2 Liter) sind annähernd 20 Gramm Alkohol – mehr als das Sechsfache.

senschaftler sagt: „Wir wussten, dass Alter, Bluthochdruck, Nikotin und Alkohol das Vorhofflimmern begünstigen. Die neue Erkenntnis aus der Studie ist, dass schon kleinste Mengen eine negative Wirkung zu haben scheinen.“

Prof. Dr. Renate Schnabel vom Universitäts-Klinikum Hamburg-Eppendorf hat an der Studie mitgearbeitet. Ihr Fazit: „Letztlich haben wir keinen unteren Wert gefunden, unter dem Alkohol im Hinblick auf Vorhofflimmern keine Auswirkungen hat.“ Aber ab drei Gramm, das zeigt die Studie, war der Alkohol immer mit einem erhöhten Risiko verbunden.



Prof. Dr. Andreas Götte aus Paderborn ist Experte für Herzrhythmusstörungen. Foto: Groppe

Schon ein Getränk pro Tag (zwölf Gramm Alkohol) erhöht demnach die Gefahr für Vorhofflimmern um elf bis 22 Prozent. „Dabei haben wir überraschenderweise keinen Unterschied zwischen Schnaps, Bier und Wein gefunden“, sagt die Kardiologin. Warum Alkohol das Herz aus dem Takt bringt, ist noch nicht abschließend erforscht. Prof. Götte: „Eine Rolle könnte spielen, dass Alkohol den Mineralienhaushalt durcheinanderbringt und die elektrische Aktivierung des Herzens nicht mehr koordiniert erfolgt.“

Dass Alkohol Auswirkungen aufs Herz habe, wisse man schon seit Ende des 19. Jahrhunderts, sagt der Paderborner Arzt. Der Pathologe Otto von Bollinger habe damals die Herzen von Münchener Bierkutschern untersucht, die täglich etliche Liter Bier getrunken hätten. „Die Herzen wuchsen bis zu ihrer doppelten Größe, verloren ihre Pumpfunktion und hörten irgendwann auf zu schlagen.“ Auch wer etwa auf einem Schützenfest viel trinke, vergrößere damit vorübergehend seine Herzvorhöfe. „Das

Herz registriert die Zunahme der Flüssigkeitsmenge und schickt ein Signal an die Niere, den Körper zu entwässern.“ Der Harnrang werde in solchen Situationen also nicht durch eine volle Blase ausgelöst, sondern durch das Herz, sagt der Arzt.

»Wir haben keinen Unterschied zwischen Schnaps, Bier und Wein gefunden.«

Prof. Renate Schnabel

Seit den Forschungen Otto von Bollingers galt Alkohol als ungesund fürs Herz – bis Wissenschaftler in den 1980er Jahren auf das sogenannte französische Paradoxon stießen. Andreas Götte: „Obwohl die Franzosen fett und ungesund aßen, litten sie vergleichsweise selten an Herz-Kreislaufkrankheiten.“ Das sei auf ihren Rotweinkonsum zurückzuführen. Tatsächlich gebe es inzwischen mehrere Studien, die einen maßvollen Alkoholkonsum mit einer niedrigeren Herz-

infarktrate in Verbindung brächten, sagt der Kardiologe. Als Ursache werde angenommen, dass bestimmte Stoffe im Rotwein die Menge schlechter Blutfette reduzieren.

Stehen Menschen also jetzt vor der Frage, ob sie ihren Alkoholkonsum wegen drohender Herzrhythmusstörungen einschränken oder zum Schutz vor Herzinfarkt beibehalten sollen?

Prof. Götte: „Alkohol ist auf keinen Fall ein Therapeutikum. Wer keinen Alkohol trinkt, sollte auf jeden Fall dabei bleiben. Denn Alkohol ist ein Nervengift. Es greift die Gewebezellen an, bedeutet oxidativen Stress, führt zu Bluthochdruck und schädigt Leber und Gehirn.“ Das alles könne durch vereinzelte möglicherweise positive Effekte nicht aufgehoben werden.

Andererseits gehöre Alkohol zu unserer Kultur und für viele Menschen zu ihrem Alltag. „Einen Alkoholverzicht zu fordern, wäre deshalb völlig realitätsfern.“ Jeder sei selbst dafür verantwortlich, Maß zu halten. „Und nach der jetzt veröffentlichten Studie noch mehr als vorher.“

Kreis Herford nennt Storchennest illegal

BÜNDE (WB). Seit 2002 steht in Bünde ein Storchennest in einem privaten Biotop. Jetzt fordert der Kreis Herford, dass es abgebaut wird. Denn: Es sei illegal errichtet worden. Doch warum wird der Kreis gerade jetzt auf das allseits bekannte Nest aufmerksam? Vielleicht hängt das mit dem geplanten Bau einer Windkraftanlage zusammen.

Impftermine für 500 Bettlägerige

MINDEN (WB/ca). Im Kreis Minden-Lübbecke leben 500 bettlägerige Menschen mit Pflegestufe fünf zu Hause. Impfteams wollen diese Leute aufsuchen und sie und zwei Pflegepersonen impfen, wenn das gewollt ist. Anmeldungen sind unter 0571/80722809 möglich. Wer nicht durchkommt, wird zurückgerufen.

Bücherei verleiht auch andere Dinge

ESPELKAMP (WB/aha). Eine „Bibliothek der Dinge“ hat jetzt die Stadtbücherei Espelkamp eingerichtet. Nutzer können dabei unter 61 Gegenständen aus vier Kategorien wählen. Die Palette reicht von der Ukulele über die Nähmaschine bis zu lustigen Backformen für Geburtstagsfeiern. Mehr Vorschläge sind willkommen.

Versenkbare Poller zur Terrorabwehr

BÜNDE (WB). Die CDU-Fraktion im Rat der Stadt Bünde hat den Antrag gestellt, zum Schutz der Fußgängerzone versenkbare Poller zu installieren. Begründet wird dies unter anderem damit, dass das auch der Terrorabwehr diene. Im zuständigen Verkehrsschutz fand der Antrag eine Mehrheit.

Flucht endet nach sieben Jahren

BIELEFELD (WB/hz). Sieben Jahre nach der Flucht während des Hafturlaubs haben Zollfahnder den in Bielefeld untergetauchten Anführer (31) einer Drogenbande gefasst. Bei Durchsuchungen in NRW, Berlin und Österreich wurden fast 70 Kilo Rauschgift beschlagnahmt. Zudem wurden vier weitere Verdächtige festgenommen.

Schäffler zweifelt an Kosten-Nutzen-Rechnung – OWL-Naturschutzverbände fordern Mitsprache

Heftige Kritik an ICE-Trasse

Von Andreas Schnadwinkel

BÜNDE/DETMOLD (WB). Die Kritik an der geplanten neuen ICE-Schnelltrasse von Bielefeld nach Hannover wird lauter. „Die Bundesregierung plant mit völlig unrealistischen Zahlen“, sagt der FDP-Bundestagsabgeordnete Frank Schäffler aus Bünde (Kreis Herford).

Der FDP-Bezirksvorsitzende in Ostwestfalen-Lippe reagiert damit auf die Antwort der Bundesregierung auf eine von ihm angestoßene Kleine Anfrage, die jetzt vorliegt. Darin gehe, so Schäffler, das Bundesverkehrsministerium von Nettokosten des Projekts auf dem Preisstand von 2012 aus. Schäffler schätzt, dass die Steigerung der Baukosten – die Deutsche Bahn hat bis zu 5,9 Milliarden Euro angesetzt – seitdem rund 20 Prozent betragen und weiter steigen werden. Auch die Mehrwertsteuer sei bislang nicht berücksichtigt.

„Schon allein das lässt die

Wirtschaftlichkeit der Maßnahme wie ein Kartenhaus zusammenbrechen“, erklärt Schäffler. Die Bundesregierung unterstellt bei der Kosten-Nutzen-Rechnung auch einen Schienengüteranteil auf der Strecke von 14,34 Prozent. „Auch das ist unrealistisch. Die Zahlen werden so schön gerechnet. Eine Neubaustrecke, auf der ICE-Züge bis 300 Stundenkilometern fahren, kann sicherlich nicht parallel noch den Schienengüterverkehr aufnehmen“, sagt Schäffler und fordert, dass die Bundesre-



Bundestagsabgeordneter Frank Schäffler (FDP)

gierung „mit offenen Karten spielen“ soll. Nur so könne auf einer transparenten Basis diskutiert werden. Ansonsten würde der Bürgerdialog zu einer reinen Farce.

Schäffler verlangt, dass bis Ende Juni aktuelle Zahlen und der konkrete Planungsauftrag vom Bundesverkehrsministerium vorgelegt werden, bevor der Bürgerdialog weitergeführt werde. „Eine reine Pseudo-beteiligung der Bürger und der Region darf es nicht geben, dafür sind der hohe Investitionsbedarf aus Steuer-



Karsten Otte, Sprecher der Naturschutzverbände

geldern auf der einen Seite und die Eingriffe in die Landschaft auf der anderen Seite zu groß“, so Schäffler.

Auch aus Sicht der OWL-Naturschutzverbände verläuft der Dialog mit der Bahn „ausgesprochen enttäuschend“. Die Bezirkskonferenz Naturschutz fordert Bahn und Bundesverkehrsministerium auf, „endlich die Geheimniskrämerie um den konkreten Planungsauftrag zu beenden und alle notwendigen Informationen zur Beurteilung von Planungsalternativen zur Verfügung zu stellen“, heißt es in einer Mitteilung von Freitag. „Wir wollen nicht nur Zuhörer sein, sondern unsere Fachkompetenz ab sofort in den Planungsprozess einbringen, da nach Auskunft des Planungsbüros die Untersuchung der Suchkorridore offensichtlich schon begonnen hat“, sagt Karsten Otte aus Hiddenhausen im Kreis Herford, Sprecher der Naturschutzverbände in Ostwestfalen-Lippe

Andreas-Gärtner-Stiftung schüttet 740.000 Euro aus

Hilfe für 155 Familien

PORTA WESTFALICA (WB/ca). Trotz niedriger Anlagezinsen konnte die Andreas-Gärtner-Stiftung im vorigen Jahr 740.000 Euro ausschütten. Das Geld kam 155 Familien mit geistig behinderten Kindern und 21 Behindertenorganisationen zugute. Damit hat die Stiftung, die 1993 von Möbelunternehmer Hermann Gärtner (Porta Möbel) gegründet wurde, bis heute mit fast 15 Millionen Euro geholfen.

Hermann Gärtner: „2020 haben sich etwa 1000 Menschen mit einem Spendengesuch an uns gewandt.“ Es seien wieder erschütternde Briefe dabei gewesen. „Am liebsten würden wir allen Familien helfen, aber das geht nicht, weil die allgemeine Spendenbereitschaft für Behinderte leider zurückgegangen ist.“

Die Stiftung hat diesmal 42 Familien einen Zuschuss von 5000 Euro für den Kauf eines behindertengerechten Autos geschenkt. Neun andere Familien bekamen Geld

für alternative Therapien, die die Krankenkassen nicht zahlen. In 31 Fällen erhielten Familien jeweils 3500 Euro Zuschuss für eine Delfintherapie. Auch therapeutisches Reiten bezuschusste die Stiftung, ebenso Behinderten-Dreiräder, Treppenhilfen und Umbauarbeiten von Badezimmern.

Auch Institutionen, die sich um geistig behinderte Kinder kümmern, wurden wieder von der Stiftung

unterstützt. Geld ging an Bethel (20.000 Euro), den Wittekinds Hof (20.000 Euro), die Stiftung Eben Ezer (20.000 Euro), die Diakoniestiftung Salem in Minden (20.000 Euro) sowie die Lebenshilfen in Gütersloh, Herford, Paderborn, Bielefeld, Brakel, Höxter und Minden und weitere Einrichtungen. Die Stiftung verwendet nach eigenen Angaben keinen Cent der Spenden für ihre Verwaltung.



Hermann Gärtner besucht einen kranken Jungen. Archivfoto: Schwabe