DEUTSCHE WEIN AKADEMIE

DWALETTER

dwa.letter: Dezember 2016

Sehr geehrte Damen und Herren,
ein regelrechter Großeinsatz beschäftigte das DWA-Team Ende November, er steht daher im Mittelpunkt dieser letzten Ausgabe des Jahres 2016: Am DWA-Messestand auf der INTERVITIS in Stuttgart konnten wir Hunderte Besucher für einen verantwortungsbewussten Weingenuss sensibilisieren. Wir freuen uns, dass diese Aktionen der Wine in Moderation-Initiative so gut angenommen wurden; sie zeigen auch, dass Wine in Moderation zunehmend in der Weinwirtschaft Fuß fasst.
Vielen Dank Ihnen allen, die den dwa.letter lesen und weiter empfehlen und die uns mit konstruktiver Kritik unterstützen.
Bleiben Sie und Ihre Familien gesund und freuen Sie sich weiterhin an einem guten Glas Wein.

Frohe Weihnachten und alles Gute für 2017!
Ihre Deutsche Weinakademie

VIELFÄLTIGERE DARMFLORA DURCH WEINGENUSS

Die Bedeutung unserer Darmflora (Mikrobiota) für die Gesundheit wurde lange unterschätzt, jetzt steht sie im Mittelpunkt der Forschung. Dabei zeigt sich, dass sie so individuell wie ein Fingerabdruck und in ihrer Zusammensetzung relativ stabil ist. Allerdings ist sie durch Essen und Trinken durchaus beeinflussbar. In einer kleinen Studie nahm die Bakterienvielfalt im Darm von Weintrinkern zu, was als positives Zeichen gilt.

GESUNDHEITSWISSEN FÜR DIE WEINBRANCHE

Die Leitmesse für Wein, Saft und Sonderkulturen bot eine hervorragende Gelegenheit, die Fachbesucher zu einem verantwortungsvollen Weinkonsum zu motivieren, wozu auch das Wissen um Promille, Blutalkoholspitzen und gesunde Trinkmuster gehört. Um sie auch als Multiplikatoren für diese Botschaft zu gewinnen, bot die DWA an ihrem Messestand nicht nur Informationen, sondern auch Interaktives.

DEUTSCH-ITALIENISCHER WISSENSCHAFTSAUSTAUSCH ANLÄSSLICH DER INTERVITIS

Sich am runden Tisch intensiv mit einem international anerkannten Experten auszutauschen, ist auch für die Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats der DWA ein besonderes Ereignis. Die Gelegenheit dazu bot sich Ende November auf der INTERVITIS, wo Prof. Giovanni de Gaetano aus dem italienischen Pozzilli zu Gast war. Der ausgewiesene Fachmann in Sachen Wein, Trinkmuster und Sterblichkeit diskutierte mit dem DWA-Beirat die neuesten Erkenntnisse.

AKTIONEN UND GEWINNSPIEL AM DWA-MESSESTAND

Zum bewussten Genießen gehört es auch, in bestimmten Situationen bewusst auf Wein und andere alkoholische Getränke zu verzichten. Diese „Punktnüchternheit“ ist auch angeraten im Straßenverkehr. Mit einem Fahrsimulator, dem DON'T DRINK AND DRIVE-Team und einem Gewinnspiel mit attraktiven Preisen gelang es der DWA, INTERVITIS-Besucher aller Altersgruppen für dieses Thema zu sensibilisieren.

Vielfältige Darmflora durch Weingenuss

Ein faszinierendes Ökosystem befindet sich in unserem Verdauungstrakt, insbesondere im Dickdarm: Abermilliarden (10^{11} Zellen pro Gramm) von Bakterien und anderen Mikroben, die zusammenfassend als Mikrobiota bezeichnet werden. Viele nützliche Mitbewohner, denn sie helfen bei der Verdauung, können B-Vitamine und Vitamin K herstellen, unterstützen die Funktion der Zellen der Darminnenwand und der Darmnerven sowie das Immunsystem. Daher wundert es nicht, dass die Darmflora eine wichtige Rolle bei der Entstehung und Verhütung von Krankheiten und für eine gesunde Darmfunktion spielt.

Erst Genanalysen ermöglichen bessere Kenntnis

Schon lange wusste man, dass der Aufbau der Darmflora mit der Geburt beginnt, dass sie so individuell wie ein Fingerabdruck ist und dass sie nach ihrer Ausbildung erstaunlich stabil bleibt. Dennoch lässt sich die Darmflora durch die Nahrung beeinflussen. Umgekehrt hat sie Einfluss darauf, ob pflanzliche Inhaltsstoffe wie Ballaststoffe oder Polyphenole vom Körper aufgenommen und genutzt werden können.

Polyphenole kommen reichlich in Wein, vor allem in Rotwein vor, und sie tragen zum Schutz vor Herz- und Gefäßerkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes und möglicherweise auch vor Krebs bei. In der Form, wie sie in der Nahrung und im Wein vorliegen, können sie jedoch schlecht vom Körper aufgenommen werden. Hier kommt die Darmflora ins Spiel, die Polyphenole so verändert, dass sie besser verwertet werden können.

Aufgrund der Empfindlichkeit vieler Darmmikroben war es lange Zeit kaum möglich, sie im Labor zu untersuchen und die Zusammensetzung und die Funktionen der verschiedenen Stämme genauer zu erforschen. Erst durch die Entwicklung von Genanalysen kam mehr Licht ins Dunkel der Welt der Darmbewohner.

Polyphenolreicher Wein sorgt für Vielfalt

Spanische Wissenschaftler untersuchten nun mithilfe von Genanalysen die Zusammensetzung der Darmflora von 20 gesunden Freiwilligen. Von diesen sollten fünf einen Monat lang keinen Wein trinken, die 15 anderen durften täglich 250 ml Rotwein genießen. Zu Beginn und am Ende der Versuchszeit wurden Stuhlproben genommen und untersucht, welche Mikroben vorhanden sind und ob sich die Anteile verschiedener Stämme verändern.

Am häufigsten fanden sich bei allen Probanden Mikroben vom Stamm der Firmicuten, gefolgt Actinobakterien, Bacteroideten und Proteobakterien. Insgesamt konnten 438 Gattungen mit 2324 verschiedenen Stämmen identifiziert werden, was die große Vielfalt der individuellen Mikrobiota zeigt. Auch bestätigten die Analysen große Unterschiede zwischen den Probanden und die hohe Stabilität ihrer Darmfloren. Dennoch fand sich in der Gruppe der Weintrinker nach vier Wochen eine vielfältigere Darmflora. Es vermehrten sich vor allem solche Mikroben, die Polyphenole verstoffwechseln können und sie so dem menschlichen Organismus besser zugänglich machen.

Darmflora passt sich an

Vor Versuchsbeginn waren die Weintrinker daraufhin untersucht worden, ob sie Polyphenole schlecht, mittelmäßig oder gut verwerten konnten. Diese Einteilung war nach vierwöchigem Weingenuss nicht mehr festzustellen. Es deutet darauf hin, dass der regelmäßige Genuss von Wein zu einer Anpassung der Darmflora an die Verarbeitung von Weininhaltsstoffen führt.

Zudem ist ein moderater Weingenuss offenbar in der Lage, Unterschiede zwischen verschiedenen Mikrobiota auszugleichen. In welchem Ausmaß dies dem menschlichen Stoffwechsel langfristig zugutekommt, müssen nun größere Studien zeigen.

Vielfältigere Darmflora nach moderatem Weingenuss

Barroso E et al.: Phylogenetic profile of gut microbiota in healthy adults after moderate intake of red wine. Molecular Nutrition & Food Research 2016, online vorab publiziert am 29. Oktober, doi: 10.1002/mnfr.201600620

Vielfältigere Darmflora nach moderatem Weingenuss

- 20 gesunde Versuchsteilnehmer
- 5 Kontrollpersonen, die keinen Wein konsumieren
- 15 Weintrinker, die vier Wochen lang täglich 250 ml Rotwein konsumieren
- je 5 gute, mittlere und schlechte Polyphenol-Verwerter
- Stuhlproben vor und nach der vierwöchigen Versuchsphase
- Zusammensetzung der Mikrobiota mithilfe von Genanalysen
- Untersuchung der Veränderungen durch Weingenuss

Barroso E et al.: Phylogenetic profile of gut microbiota in healthy adults after moderate intake of red wine. Molecular Nutrition & Food Research 2016, online vorab publiziert am 29. Oktober, doi: 10.1002/mnfr.201600620

Mikrobiota, die nach Weingenuss häufiger auftraten

Mikroorganismen-Gattung	Anzahl der Teilnehmer, bei denen die jeweilige Gattung vorkam	
	Kontrollgruppe	Weingruppe
Slackia (kann Resveratrol und Isoflavone verwerten)	5	13
Gordonibacter (kann Ellagsäure abbauen)	4	13
Oscillatoria (kann diverse Polyphenole verwerten)	3	11
Veillonella (kann Isoflavone abbauen)	2	13
Oenococcus (Mikroorganismus der Weinbereitung, passierte den Verdauungstrakt intakt)	1	6
Weingruppe = 15 gesunde Freiwillige, verglichen mit 5 Kontrollpersonen, die keinen Wein konsumierten		

Barroso E et al.: Phylogenetic profile of gut microbiota in healthy adults after moderate intake of red wine. Molecular Nutrition & Food Research 2016, doi: 10.1002/mnfr.201600620

DWA auf der INTERVITIS

Auch in diesem Jahr zog die INTERVITIS INTERFRUCTA HORTITECHNICA wieder Tausende Fachbesucher an. Vom 27. bis 30. November 2016 durchstreiften sie die Stuttgarter Messehallen und konnten sich dabei nicht nur über Weinbau, Weinbereitung und -vermarktung, sondern auch über einen verantwortungsvollen Weinkonsum informieren.

Messebesucherin nimmt Gelegenheit zum „Pusten“ wahr. li: U. Fradera, DWA

Dazu hatte die DWA ihren attraktiven Messestand aufgebaut, wo sie mit ihrem Team nicht nur Informationen in Wort und Schrift bot, sondern auch allerlei Interaktives. Ziel der Maßnahme war es, auch die Akteure der Weinbranche über Vor- und Nachteile des Weinkonsums zu informieren.

Praxisnahe Aktionen sorgten für Aha-Erlebnisse

Mehrere Hundert Besucher nahmen die Angebote am DWA-Stand wahr und informierten sich darüber, wie ein verantwortungsbewusster Weinkonsum aussehen kann. So lernten sie die zentralen Aussagen und Maßnahmen der europäischen Initiative WINE in MODERATION (WiM) kennen, mit dem sich die Weinwirtschaft zum moderaten Genuss bekennt und sich zugleich klar vom missbräuchlichen Konsum abgrenzt.

In den vielen Gesprächen ging es vor allem um gesunde Trinkmuster und die Vermeidung von Blutalkoholspitzen, wenn der Wein zum Essen und in Begleitung von Wasser genossen wird.

Messebesucher, die im Laufe des Tages Wein verkostet hatten, konnten zudem vor Ort ihren Blutalkoholspiegel bestimmen lassen. Nicht wenige kamen zum „Pusten“, vor allem gegen Ende des Tages.

Manch einer hob nach dem Test die Augenbrauen, denn allzu leicht hat man sich hierbei verschätzt. Die Testergebnisse boten den idealen Einstieg in die Gespräche über die Auswirkungen verschiedener Trinkmuster auf den Promillepegel.

Individuelle Risikoabschätzung

Auch das auf einem Computer installierte „Promillometer“ bot Gesprächsstoff. Wer hier Daten wie Größe, Gewicht, Geschlecht sowie Menge und Art der verzehrten Getränke eingab, erhielt eine „maßgeschneiderte“ Berechnung seiner Promillewerte. Anschauliche Grafiken zeigten, wie schnell wie viel Alkohol ins Blut gelangen kann und wie viel Zeit es braucht, bis er wieder abgebaut ist. So konnten die Messebesucher lernen, die zu erwartende Größenordnung ihres Promillespiegels besser einzuschätzen. Zudem erfuhren sie auch hier, wie sehr sich das Trinkmuster auswirkt. Denn zwei Gläser Wein, zügig und auf nüchternen Magen getrunken, lassen die Pegel doppelt so hoch ansteigen wie zwei Gläser, die gemütlich zu einer Mahlzeit genossen werden.

Alles in allem zog die DWA eine positive Bilanz: Es wurden jeden Tag zahlreiche Multiplikatoren erreicht und in lebhaften, konstruktiven Gespräche für das Thema des verantwortungsvollen Weinkonsums sensibilisiert und motiviert.

Deutsch-italienischer Wissenschaftsaustausch anlässlich der INTERVITIS

Die INTERVITIS hatte in diesem Jahr Italien als Partnerland zu Gast. Die DWA nutzte diese Gelegenheit zu einem deutsch-italienischen gesundheitswissenschaftlichen Austausch, für den sie Prof. Giovanni de Gaetano gewinnen konnte.

V.l.n.r.: Prof. B. Donati, Dr. A. Paschke-Kratzin, Prof. G. de Gaetano, Prof. Dr. M. Christmann, Dr. C. Stein-Hammer, Prof. K. Rett, Prof. N. Worm, U. Fradera, Prof. M. Flesch, Prof. D. Rauhut, S. Filopoulos

Der Direktor der Abteilung Epidemiologie und Prävention des Instituts für Neurologie NEUROMED im italienischen Pozzilli ist hoch angesehen, wenn es um die Themen alkoholische Getränke, Trinkmuster, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Sterblichkeit geht und war den DWA-Beiräten aus der internationalen Fachliteratur bestens bekannt. Der persönliche Austausch war dennoch für alle ein Gewinn.

Aktuelles über Wein und Gesundheit im Round-Table-Gespräch

Gleich zu Beginn seiner Ausführungen wies de Gaetano darauf hin, dass Rauchen und Alkoholisches nicht in einen Topf geworfen werden dürften. Denn während jede Zigarette das Erkrankungsrisiko erhöht, folgt der Weinkonsum in der Regel einer J-förmigen Kurve. Das bedeutet, dass Menschen, die wenig bis moderate Mengen Wein konsumieren, seltener krank werden und länger leben als diejenigen, die zu viel trinken, aber auch als diejenigen, die abstinent leben.

Neben den Vorteilen für das Herz-Kreislaufsystem wies de Gaetano auch auf die möglichen Risiken für andere Organe hin. So steigt das Risiko für manche Krebsarten durch alkoholische Getränke an, vor allem, wenn auch geraucht wird.

Das besondere Interesse des DWA-Beirates galt in diesem Zusammenhang dem Brustkrebs. Manchen Studien zufolge soll das Risiko bereits durch geringe Mengen alkoholischer Getränke steigen.

Nach Prof. de Gaetanos Aussage beruhen diese Studien jedoch überwiegend auf Befragungen, bei denen ein unrealistisch geringer Konsum angegeben wurde. In einigen Studien konnte dieses sogenannnte „Underreporting“ berücksichtigt werden. Sie fanden bei geringen bis moderaten Mengen alkoholischer Getränke kein erhöhtes Brustkrebsrisiko.

Eigene Forschungen bestätigen internationale Daten

Für eine eigene Studie in seiner ostitalienischen Heimatregion Molise sammelte de Gaetano fünf Jahre lang Daten von knapp 25.000 Männern und Frauen. Von den Frauen konsumierten 46%, von den Männern 83% regelmäßig alkoholische Getränke. Rund drei Viertel der Teilnehmer seiner Moli-SANI genannten Studie bevorzugen Wein. Die Auswertungen bestätigen, dass bei 12 – 24 g Alkohol (im Bereich des Vierteles Wein) täglich die Gesamtsterblichkeit am geringsten ist, insbesondere, wenn der Wein eine mediterrane Mahlzeit begleitet. Erst bei rund 40 g täglich ist wieder das Risiko abstinent lebender Personen erreicht.

Für den Beirat der DWA zeigte sich erneut: Ohne eine detaillierte Kenntnis und Analyse der aktuellen Forschungsergebnisse ist eine balancierte Bewertung des sensiblen Themas Wein und Gesundheit nicht möglich.

Aktionen und Gewinnspiel am DWA-Messestand

Neben den fiktiven und realen Promillemessungen am DWA-Messestand auf der INTERVITIS gab es einen weiteren Aktionsschwerpunkt zum Thema Fahrtüchtigkeit. Denn im Straßenverkehr gilt: nüchtern bleiben! Trotz offizieller 0,5-Promille-Grenze. Dieses Thema betrifft nicht den Wein alleine, es gehört zu einem verantwortungsvollen Umgang mit alkoholischen Getränken aller Art. Aus diesem Grund ist es sowohl Bestandteil der europäischen Initiative WINE in MODERATION als auch Kernbotschaft der Kampagne DON´T DRINK AND DRIVE.

Deutsche Weinkönigin Lena Endesfelder zieht die Gewinner.

Die seit 1993 laufende Verkehrssicherheitskampagne hat sich auf das Thema Punktnüchternheit im Straßenverkehr spezialisiert und spricht insbesondere junge Menschen an. Sie wird gemeinsam von den Spitzenverbänden der Bier-, Wein-, Sekt- und Spirituosenbranche getragen und hat zum Ziel, alkoholbedingte Unfälle zu verhüten.

Bewusst genießen – und bewusst verzichten

Die klare Botschaft heißt daher: „Wer fährt, bleibt nüchtern!“ Um Autofahrer dafür zu begeistern, braucht es attraktive Angebote und Aktionen, die den Sachverhalt gefahrlos erlebbar und eindrucksvoll nachvollziehbar machen. Dafür ist der computergesteuerte Fahrsimulator der DDAD-Kampagne wie geschaffen, der sich am Stand der DWA als regelrechter Publikumsmagnet erwies. Ein in einen Ford eingebauter Rechner erlaubt es, Fahrsituationen unter Alkoholeinfluss zu simulieren. Die „Fahrer“ können lenken, Gas geben, bremsen und ausweichen. Dabei wird ihnen eindrücklich vermittelt, wie sehr Alkohol ihre Fahrtüchtigkeit und ihre Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt. Nach jeder „Testfahrt“ gab es eine persönliche Auswertung, die nicht nur die jungen Messebesucher beeindruckte.

Gewinnspiel: Mitmachen lohnte sich

Wer drei Fragen über das am DWA-Stand Gelernte richtig beantwortete, konnte im Rahmen einer Verlosung attraktive Preise gewinnen. Dazu musste man wissen, welche Strafen drohten, würde man mit 0,3 Promille und Anzeichen von Fahrunsicherheit von der Polizei angehalten, welche Auswirkungen der Konsum alkoholischer Getränke auf die Fahrtüchtigkeit hat und was einen verantwortungsvollen Weinkonsum kennzeichnet. Als Glücksfee konnte die DWA die **Deutsche Weinkönigin Lena Endesfelder** begrüßen, die aus den abgegebenen richtigen Antwortzetteln drei Gewinner zog.

Der erste Preis, ein Gutschein für ein frei wählbares Weinseminar des Deutschen Weininstituts für zwei Personen nebst Anreise mit der Bahn, ging an **Konstantin Kunisch**. Der 21jährige Student der Agrarwissenschaften in Stuttgart Hohenheim freute sich sehr über das önologische Fortbildungsangebot. Auch die Gewinner des zweiten und dritten Preises waren hoch erfreut: **Peter Strohm** aus Breisach gewann einen Gutschein über 150 Euro, **Werner Kees** aus Graach an der Mosel einen im Wert von 100 Euro, die für Produkte aus dem attraktiven Angebot des Deutschen Weininstituts verwendet werden können.

Weitere Informationen unter: www.ddad.de oder www.facebook.com/ddad