

Sehr geehrte Damen und Herren,

dass Regierungen Empfehlungen für ein gesundes Ess- und Trinkverhalten herausgeben, ist begrüßenswert. Doch seit derartige „Guidelines“ existieren, wird munter gestritten, ob Butter oder Margarine, Fisch oder Fleisch, viel oder wenig Kohlenhydrate der Bevölkerung zu empfehlen sind.

Hinsichtlich des Konsums alkoholischer Getränke ist der Disput schon immer am intensivsten. Fließt hier doch neben wissenschaftlichen Erkenntnissen häufig eine Portion emotionsbasierter Bewertungen ein. Der Wissenschaftliche Beirat der DWA hat kürzlich die jüngsten Guidelines aus den USA und Großbritannien genauer unter die Lupe genommen. Er kam zu dem Schluss, dass in diesem Kontext Informationsprogramme wie Wine in Moderation (WiM) eine immer wichtiger werdende Rolle spielen.

Wer gehört zu den WiM-Botschaftern? Nach Julia Bertram, ehemalige deutsche Weinkönigin, stellen wir Ihnen heute mit Dr. Rowald Hepp, Schloss Vollrads, den zweiten **WIM-BOTSCHAFTER** vor.

Ihre Deutsche Weinakademie



#### **DER MODERATE KONSUM ALKOHOLISCHER GETRÄNKE ALS URSACHE VERBESSERTER BLUTFETTE**

Wer maßvoll alkoholische Getränke konsumiert, kann sich über ein vermindertes Risiko für Herz- und Gefäßkrankungen freuen. Dies wird gemeinhin auch auf die verbesserten Blutfett- und Cholesterinwerte zurückgeführt. Doch sind diese wirklich ursächlich verantwortlich dafür? Oder handelt es sich nur um eine statistische Korrelation? Eine neue amerikanische Studie unterstützt einen ursächlichen Zusammenhang.

» WEITERLESEN



#### **SITZUNG DES WISSENSCHAFTLICHEN BEIRATS**

Die Regierungen der USA und Großbritanniens haben zu Jahresbeginn neue Richtlinien veröffentlicht, mit denen ihren Bewohnern zu einem gesünderen Leben verholfen werden soll. Neben den berechtigten Warnungen vor einem riskanten Trinkverhalten kamen die Vorteile eines moderaten Konsums allerdings zu kurz, wie Prof. Nicolai Worm seinen Kollegen im Wissenschaftlichen Beirat der DWA erläuterte.

» WEITERLESEN



#### **WIM IM PRAXISTEST AUF DER PROWEIN**

WiM ist nicht nur irgendein Programm, sondern ist auf dem besten Weg, das Selbstverständnis der Weinwelt abzubilden. Dies brachte Dr. Rowald Hepp, Direktor von Schloss Vollrads, in dem international besetzten Seminar auf der Weinfachmesse ProWein klar zum Ausdruck. Im Kontext seines Vortrags „Riesling Kabinett – back to the future!“ sensibilisierte er im Kielwasser der Kulturgeschichte des Kabinettweins die Weinexperten auch für den moderaten verantwortungsvollen Konsum.

» WEITERLESEN

## Dr. Rowald Hepp, WiM-Botschafter

Dr. Rowald Hepp wurde im Jahr 1962 geboren und hatte seinen ersten weinbezogenen Kontakt im kleinen, familieneigenen Weinberg.

Dr. Hepp ist gelernter Winzer, Önologe und Destillateur. Von 1984 bis 1987 studierte er an der Universität Geisenheim „Weinbau und Önologie“. Das entsprechende Aufbaustudium absolvierte er an der Universität Gießen. Seine Dissertation über "Langfristige Tendenzen im Weltweinmarkt" wurde vom Bundesministerium für Landwirtschaft und Ernährung ausgezeichnet und veröffentlicht.



Die Ferienzeiten nutzte er, um berufliche Erfahrungen im Ausland zu sammeln, wie z.B. in der Schweiz, Frankreich, Russland, Luxemburg, Italien, Portugal, Griechenland, Isle of Jersey und Spanien.

Bereits im Alter von 28 Jahren wurde er Direktor von Deutschlands größtem Weingut, dem Kloster Eberbach.

Im Anschluss leitete er von 1994 bis 1999 erfolgreich den „Staatlichen Hofkeller“ in Würzburg, der unter seiner Führung zu einer erstklassigen Adresse avancierte.

Seit dem 1. Juli 1999 ist Dr. Hepp Direktor und führender Önologe eines der ältesten und renommiertesten Weingüter, Schloss Vollrads im Rheingau. Im Jahr 2001 erhielt er den Gault Millau-Preis „Estate Director of the year“, und im Jahr 2010 wurde er bei der Japan Wine Challenge als „Winzer des Jahres“ ausgezeichnet.

Nebenberuflich betätigt sich Dr. Hepp auch als Juror bei internationalen Weinwettbewerben in Deutschland, der Schweiz, USA, Österreich, China, Neuseeland und Japan.

Darüber hinaus ist er Vorsitzender des Hochschulrates der Universität Geisenheim.

Im Jahr 2001 gründete er mit anderen Persönlichkeiten der Weinwirtschaft die gemeinnützige Organisation „Wine Saves Lives.“

Dr. Hepp ist verheiratet und hat drei Kinder. Er ist auch außerhalb der Weinwelt vielseitig interessiert: Archäologie, Kunst, Literatur, klassische Musik, Reisen und Kulinarik gehören ebenso zu seinen Leidenschaften wie das Motorradfahren.

A graphic featuring a portrait of Dr. Rowald Hepp on the right side, smiling. On the left side, there is a purple header with the text "WIM-BOTSCHAFTER". Below this, a quote in purple text reads: "ICH BIN WIM-BOTSCHAFTER, WEIL MAN EIN KULTURGUT WIE UNSEREN WEIN NUR MIT BEWUSSTSEIN WIRKLICH GENIEßEN KANN!". Underneath the quote, his name "DR. ROWALD HEPP" is written in black. At the bottom left, there is a green arrow pointing right followed by the text "> Weiterlesen".

WIM-BOTSCHAFTER

ICH BIN WIM-BOTSCHAFTER, WEIL MAN EIN KULTURGUT WIE UNSEREN WEIN NUR MIT BEWUSSTSEIN WIRKLICH GENIEßEN KANN!

DR. ROWALD HEPP

> Weiterlesen

## Der moderate Konsum alkoholischer Getränke als Ursache verbesserter Blutfette

Dass ein moderater Genuss alkoholischer Getränke mit einem verminderten Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen einhergeht, haben schon mehrere Studien gezeigt. Doch wie genau funktioniert das? Als einen möglichen Mechanismus diskutiert man die günstigeren Lipidwerte (Cholesterin und Blutfette), die mit schöner Regelmäßigkeit im Blut moderater Konsumenten gefunden werden. Doch verdanken diese ihre guten Werte tatsächlich den alkoholischen Getränken? Es könnte genauso gut sein, dass Menschen, die sie genießen, deswegen günstige Blutlipide aufweisen, weil sie zugleich auch viel Sport treiben oder andere Dinge tun, die ihre Werte positiv beeinflussen. Dann würde etwa der Genuss von Wein nur indirekt mit besseren Werten korrelieren und wäre nicht ursächlich dafür.



### Diffizile Methodik berücksichtigt genetische Unterschiede

Um des Rätsels Lösung näher zu kommen, verwendet man zunehmend eine Methode, bei der neben den erfragten Verzehrgeohnheiten und den im Blut gemessenen Lipidwerten auch genetische Daten der Studienteilnehmer berücksichtigt werden. Diese als „Mendel Randomisierung“ bezeichnete Technik wurde jetzt im Rahmen der amerikanischen ARIC-Studie eingesetzt, die knapp 11.000 Teilnehmer mit einem hohen Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen umfasst. Von der Methode verspricht man sich nicht nur einen besseren Überblick über die lebenslangen Trinkgeohnheiten, auch bleiben damit Einflüsse des Lebensstils, des Alters und der sozialen Rahmenbedingungen weitgehend außen vor. Darüber hinaus werden methodische Probleme, die reinen Beobachtungsstudien anhaften, durch diese Technik minimiert. So lässt sich mit größerer Sicherheit sagen, ob ein gefundener Zusammenhang wirklich ursächlich ist.

Auch in der ARIC-Studie wiesen Teilnehmer mit einem leichten bis moderaten Konsum alkoholischer Getränke günstigere Lipidwerte auf als Abstinenzler. Als leicht bis moderat galt in dieser Studie ein Konsum bis zu 210 g Alkohol pro Woche für Männer und bis zu 105 g für Frauen. Dies entspricht in etwa einem Weinkonsum von 330 ml täglich für Männer und 165 ml für Frauen. Bei diesen Trinkmengen lagen die Triglyzeride, das Gesamtcholesterin und die besonders riskanten kleinen, dichten LDL-Cholesterinpartikel am niedrigsten. Letzteres konnte erstmals in einer Studie gezeigt werden.

Die Analyse der Daten mithilfe einer „Mendel Randomisierung“ ergab zudem, dass Menschen mit bestimmten genetischen Unterschieden im Alkoholabbau auch unterschiedliche Konsumgeohnheiten haben. Dies hängt direkt von den Varianten des Ethanol abbauenden Enzyms Alkoholdehydrogenase ab. Das heißt, man konnte anhand der Genetik voraussagen, ob jemand eher zu den moderaten oder übermäßigen Alkoholkonsumenten gehört. Diese prognostizierten Konsummengen gingen ebenfalls mit verbesserten Lipidwerten einher, und zwar fast ausschließlich bei leichtem bis moderatem Konsum. **Daraus schließen die Autoren, dass es sich mit großer Wahrscheinlichkeit um einen ursächlichen Zusammenhang handelt:** Dass moderater Genuss tatsächlich zu besseren Lipidwerten führt – und dass mehr weder vorteilhaft noch sinnvoll ist.

## Verbesserte Blutlipide durch alkoholische Getränke: ARIC-Studie

Vu, KN et al.: Causal role of alcohol consumption in an improved lipid profile: The Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) study. PLoS One 2016;11:e0148765

## Verbesserte Blutlipide durch alkoholische Getränke

- prospektive ARIC-Studie
- 10.893 europäischstämmige US-Amerikaner (53 % Frauen) mit hohem Risiko für Herz-Gefäßleiden
- Rekrutierung 1987 – 1989, intensive medizinische Eingangsuntersuchung, jährliche Telefonkontakte, insgesamt 4 medizinische Folgeuntersuchungen, zuletzt 2011 – 2013
- „Mendel Randomisierung“ zum Ausschluss methodischer Störfaktoren
- eingangs Bestimmung von Genvarianten für das Ethanol-abbauende Enzym Alkoholdehydrogenase (ADH), Lipiden wie Triglyzeride, Gesamt-, LDL- und HDL-Cholesterin, Unterfraktionen (sdLDL, HDL2 und HDL3); apoB und Lp(a) bei der 4. Untersuchung
- 18 % Abstinenzler, 17 % ehemalige und 22 % unregelmäßige (< 1 Drink/Woche) Konsumenten, 9 % mit hohem (Frauen: > 105 g, Männer: > 210 g/Woche) und 34 % mit leichtem bis moderatem Konsum (< 105 bzw. 210 g/Woche)
- Konsum i. D. 45,7 g Alkohol/Woche

Vu, KN et al.: Causal role of alcohol consumption in an improved lipid profile: The Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) study. PLoS One 2016;11:e0148765

## Verbesserte Blutlipide durch alkoholische Getränke: anhand der ADH-Genvariante vorhergesagter Konsum

Lipidwerte	3,6 – 4,7 g / Woche	4,7 – 10,6 g / Woche	10,6 – 19,5 g / Woche
	jeweils im Vergleich zum geringsten Konsum (1,5 – 3,6 g / Woche), Fettdruck = signifikanter Unterschied		
Triglyzeride	-0,06	-0,13 d. h.: 12,3% niedriger	-0,08
Gesamtcholesterin	-5,54	-7,71 d. h.: 7,7 mg/dl niedriger	-4,56
HDL2-Cholesterin (besonders gefäßschützend)	0,04	0,10 d. h.: 10,3 % höher	0,06
LDL-Cholesterin (ungünstig)	-4,60	-6,87 d. h.: 6,87 mg/dl niedriger	-4,57
sd LDL-Cholesterin (kleines, dichtes, LDL besonders schädlich)	-0,04	-0,08 d. h.: 7,4 % niedriger	0,08
apoB (ungünstiges Transportprotein)	-0,03	-0,04 d. h.: 3,5 % niedriger	-0,04

Vu, KN et al.: Causal role of alcohol consumption in an improved lipid profile: The Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) study. PLoS One 2016;11:e0148765

## Verbesserte Blutlipide durch alkoholische Getränke: erfragter Konsum

Lipidwerte	unregelmäßiger / früherer Konsum	leichter bis moderater Konsum	hoher Konsum
	(Fettdruck = signifikanter Unterschied im Vergleich zur Abstinenz)		
	< 1 Drink/Woche	< 105 g (F) bzw. 210 g (M) /Woche	> 105 g (F) bzw. 210 g (M) / Woche
Triglyzeride	-0,08	-0,16	-0,13
Gesamtcholesterin	-2,75	-0,73	4,05
HDL-Cholesterin (günstig)	0,03	0,14	0,26
HDL2-Cholesterin (besonders gefäßschützend)	0,07	0,17	0,30
LDL-Cholesterin (ungünstig)	-2,59	-4,38	-7,48
sd LDL-Cholesterin (kleines, dichtes LDL, besonders schädlich)	-0,04	-0,05	0,01

grün = günstige Veränderung rot = ungünstige Veränderung

Vu, KN et al.: Causal role of alcohol consumption in an improved lipid profile: The Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) study. PLoS One 2016;11:e0148765

## Wissenschaftlicher Beirat diskutiert neue intern. Trinkempfehlungen

Am 29. Februar 2016 traf sich der Wissenschaftliche Beirat der DWA im schönen Kloster Wasem in Ingelheim am Rhein, u. a. um die neuen Empfehlungen zum Konsum alkoholischer Getränke zu diskutieren, die zu Beginn des Jahres in den USA und in Großbritannien herausgegeben wurden. Prof. Nicolai Worm, München, Ernährungswissenschaftler und langjähriges Beiratsmitglied, stellte die neuen Leitlinien beider Länder vor und erläuterte deren Besonderheiten. Die **USA** geben mit ihren neuen Dietary Guidelines 2015 – 2020 (Ernährungsrichtlinien, die alle fünf Jahre überarbeitet werden) überwiegend allgemeine Ratschläge für ein gesundes Ernährungsmuster. Was den Konsum alkoholischer Getränke angeht, so heißt es in den kurzgefassten „Schlüsselempfehlungen“ an die amerikanische Bevölkerung: Falls alkoholische Getränke konsumiert werden, sollte dies moderat geschehen – bis zu einem Drink pro Tag für Frauen und bis zu zwei Drinks täglich für Männer. Dies gilt jedoch nur für Erwachsene ab dem gesetzlich erlaubten Konsumalter von 21 Jahren. **Ein US-Drink entspricht 14 g Alkohol, also etwa 150 ml Wein (12 Vol. %).**

In den Anhängen zu dieser Empfehlung folgen weitere Erläuterungen: So soll niemand mit dem Trinken alkoholischer Getränke beginnen, der es vorher nicht getan hat.

Ein risikoreiches Trinkmuster beginne für Frauen ab einem Konsum von 4 Drinks an einem Tag bzw. bei mehr als 8 Drinks wöchentlich und für Männer ab 5 Drinks an einem Tag bzw. ab 15 Drinks pro Woche. Ein solcher Konsum berge ebenso wie das Trinken bei unter 21-Jährigen oder Schwangeren keinerlei Vorteile, es sei vielmehr riskant.

## US-Leitlinien beziehen Vorteile in Risikobewertung ein

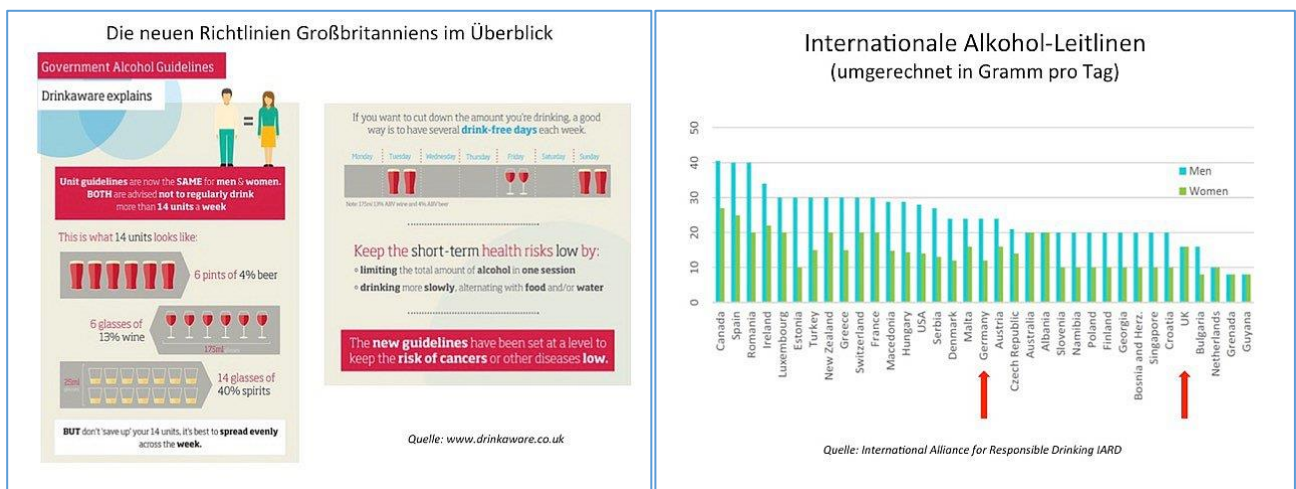
Obwohl die US-Guidelines nicht explizit auf die gesundheitlichen Vorteile eines leichten bis moderaten Konsums alkoholischer Getränke hinweisen, gehen diese Benefits in die Bewertung des Gesamtsterberisikos ein. Damit erkennen die amerikanischen Richtlinien die so genannte „J-Kurve“ an, die besagt, dass leichtes bis moderates Konsumieren alkoholischer Getränke mit einem Vorteil für die Gesundheit verbunden ist.

## UK-Leitlinien negieren jegliche Benefits

Dies ist der wesentliche Unterschied zu den britischen Guidelines, die sich nur auf das Risiko beschränken. In **Großbritannien** änderte sich Wesentliches: Erstmals wurden Empfehlungen nur zum **wöchentlichen** Konsum ausgesprochen und für beide Geschlechter in der gleichen Dosis. **Ein UK-Drink entspricht 8 g Alkohol (ca. 80ml Wein)**. Danach sind als risikoarm sowohl für Männer als auch für Frauen maximal 14 Drinks pro Woche zu bezeichnen. Das entspricht einem wöchentlichen Gesamtkonsum von 112 g Alkohol. Rechnet man die wöchentlichen Mengen auf Tage um, so liegt Großbritannien im internationalen Vergleich im unteren Bereich (siehe Grafik).

Die Empfehlungen basieren auf jener Alkoholmenge, unterhalb der das Risiko für gesundheitliche Gefährdungen als gering („low risk“) eingestuft wird. Wissenschaftlich kurios, weil zwei verschiedene Paar Schuhe: Bei Frauen bezieht sich diese Grenze auf das Risiko für Krebserkrankungen, bei Männern jedoch auf das Unfall- und Verletzungsrisiko.

Zudem erscheint gerade für Großbritannien eine Wochenempfehlung kritikwürdig, da dort – im Gegensatz zu den mediterranen Ländern – nicht mäßig-regelmäßig und zum Essen, sondern eher nur am Wochenende und dann viel getrunken wird. Da die neuen Guidelines zudem dazu raten, mehrere alkoholfreie Tage pro Woche einzulegen und nur an drei oder vier Tagen alkoholische Getränke zu konsumieren, erschien es dem DWA-Beirat eher unwahrscheinlich, dass die neuen Richtlinien zu einem gesünderen Trinkmuster führen werden.



## WiM im Praxistest auf der ProWein

Ein Seminar der besonderen Art auf der ProWein in Düsseldorf.

Anlass ist das 300-jährige Bestehen des Qualitätssiegels „Kabinett“ auf Schloss Vollrads, einem der ältesten Weingüter der Welt. Denn in diesem Jahr sind genau 300 Jahre vergangen, seitdem dort 1716 der Begriff Cabinet (seit 1971: Kabinett) erstmals im Zusammenhang mit einem eigens errichteten Cabinetkeller (urspr. kleiner Lagerraum für Kostbarkeiten aller Art) Erwähnung fand.

### Kabinett Today

- Kabinett wine with moderate alcohol levels...
  - lassy wines with an abundance of flavors
  - is a big chance for cool climate regions like Rheingau
  - Wine in Moderation
  - serves the increasing demand worldwide for this style
  - stands for more digestible wines (important in Asia)
  - can age pretty well
  - is the most food friendly wine – fits any style of cuisine
- Within the VDP classification
  - Schloss Vollrads Kabinett as a dry, semi-dry or sweet VDP.Gutswein

Damit wurde der Grundstein für das gelegt, was in der Weinwelt als anerkannte Qualitätskennzeichnung unter dem Namen Prädikatswein bekannt ist: Der Kabinett-Wein. Stilistisch steht der Begriff „Kabinett“ heute im internationalen Kontext für Weine, die bei moderatem Alkoholgehalt ihre Herkunft, die Rebsorten-Charakteristik und die Handschrift des Winzers deutlich zum Ausdruck bringen. Dies gilt ganz besonders für den Riesling, der auf Schloss Vollrads ausschließlich angebauten Weißweinsorte.

Der Direktor und führende Önologe, Dr. Rowald Hepp betont, dass Tradition und Innovation auf Schloss Vollrads schon immer nah beisammen lagen und liegen. Man pflege die Tradition und Kultur und sehe in diesem Kontext auch das Potential für eine erfolgreiche Zukunft des Weinguts, das für Weltklasse-Rieslinge aus dem Rheingau steht.

Wie beeindruckend diese Weine auch noch nach Jahrzehnten munden, demonstrierte Dr. Hepp mit Riesling Kabinett-Proben der letzten 47 Jahre. Die Weine von 1969 und 1971 überzeugen die Experten ebenso wie die noch ganz frisch abgefüllten 2015er, und zwar unabhängig von trockenem oder lieblicherem Ausbau. Alle Proben empfehlen sich durch die perfekte Balance zwischen Süße und Säure. Trotz moderatem Alkoholgehalt zeigte sich vor allem bei den älteren Weinen, dass das Alterungspotential nichts mit Volumenprozent zu tun haben muss.



Für Dr. Hepp ist der Kabinett nur in der originären Typisierung - fruchtig, moderater Alkoholgehalt – authentisch, nicht kopierbar und eine gute Wahl für die Zukunft. Und das nicht nur aus Geschmacks- sondern auch aus Gesundheitsgründen. Denn, dass niedergrädige Weine bekömmlicher sind, steht außer Frage. Was man auch gegenüber dem Kunden deutlich machen sollte, der auf das Thema Alkohol immer sensibler reagiere.

Sein Appell an die internationale Zuhörerschaft: Die Weinwirtschaft müsste proaktiv mit der ambivalenten Thematik Alkohol umgehen, die Vorteile herausarbeiten und kommunizieren, dass moderater Konsum erwiesenermaßen der Gesundheit nicht abträglich sei - vor allem wenn er zur Mahlzeit genossen wird.

Mit Blick auf den asiatischen Markt – und die wunderbare Kombination deutscher Weine mit asiatischer Küche – sei das Thema Alkoholgehalt nicht zu unterschätzen. Ein großer Anteil der asiatischen Bevölkerung kann genetisch bedingt den Alkohol schlechter abbauen. Da sich eine genetische Ausstattung aber nicht ändern lässt, muss man den Wein dieser Kundengruppe anpassen.

Gerade ein Riesling Kabinettwein mit seinen geringeren Alkoholmengen passe besonders gut zu der leichten asiatischen Küche, da weder intensive Bukettstoffe noch der Alkohol die Aromakomponenten der Küche überdecken.

Daran, dass Wine in Moderation für ihn und die Philosophie von Schloss Vollrads ohnehin selbstverständlich ist, ließ Dr. Hepp keinen Zweifel. Auch deshalb unterstütze sowohl das Weingut mit seiner Mitgliedschaft als auch er persönlich in der Funktion als WIM-Botschafter aktiv die Kampagne, hinter der sich mehr als die Botschaft vom moderaten Konsum verbirgt. Im Verbund mit verantwortungsvoller Werbung und kultiviertem Genuss geht es darum, das Kulturgut Wein als solches zu schützen und zu erhalten. Nun dann ist und er bleibt er mehr als ein „alkoholisches Getränk“.

Für die Seminarteilnehmer liegt der Vergleich des Schlossherrn mit seinen Rieslingen nahe: authentisch, frisch, perfekte Balance zwischen Sachverstand und Sinn für Genuss und Kultur.