

Sehr geehrte Damen und Herren,

die in vielen Studien gefundenen Vorteile eines moderaten Weingenusses auf Herz und Gefäße werden immer wieder kritisch hinterfragt, nicht selten gefolgt von einem undifferenzierten Medienecho. Umso erfreulicher, dass Wissenschaftler der Sache mittels neuer und differenzierterer Methoden nochmals auf den Grund gingen, wie Sie in der Rubrik *Neues aus der Wissenschaft* lesen können. Auch die Vorträge auf dem Kongress *Mediterrane Ernährung*, der Ende April in Barcelona stattfand, betonten die starke Evidenz für das tägliche Glas Wein im Rahmen eines gesunden Lebensstils. Unter dem Strich zeigt sich: Wir sind mit unserer Botschaft von den positiven Effekten eines moderaten Genusses auf dem richtigen Weg.

Wer gehört zu den WiM-Botschaftern? Nach Julia Bertram, Dr. Rowald Hepp und Astrid Schales stellen wir Ihnen heute mit **RUDOLF MIES** - von der Ahr - unseren vierten Botschafter vor.

Ihre Deutsche Weinakademie



WENIGER ALKOHOLBEZOGENE TODESFÄLLE DURCH HERZ- UND GEFÄßKRANKHEITEN: WICHTIGE ROLLE DER TRINKMUSTER

Herz- und Gefäßkrankheiten gehören weltweit zu den wichtigsten Todesursachen. Wie viele dieser kardio-vaskulären Todesfälle dem (übermäßigen) Konsum alkoholischer Getränke zugeordnet werden müssen, ermittelt die Weltgesundheits-organisation (WHO) in regelmäßigen Abständen; zuletzt sollen es mehr als 1,1 Millionen gewesen sein. Doch das scheint laut einer neuen Analyse weit übertrieben. Zudem bestätigen die neuen Daten, dass das Risiko bei günstigen Trinkmustern sinkt.

» WEITERLESEN



NEUER WiM-PARTNER: DAS RENOMMIERTE INSTITUT DER MASTERS OF WINE

„Wir möchten alle, dass die Menschen den Wein genießen, dass sie verantwortungsvoll damit umgehen und Missbrauch vermeiden.“ Mit diesen Worten verkündete George Sandeman, Präsident der Wine in Moderation-Organisation, am 20. April 2016 in Brüssel die neu geknüpfte Partnerschaft mit dem Institut der Masters of Wine. Deren hoch qualifizierte Ausbildung soll künftig auch die WiM-Empfehlungen zum verantwortungsvollen Weinkonsum beinhalten.

» WEITERLESEN



DWA BEIM 11. KONGRESS „MEDITERRANE ERNÄHRUNG“ IN BARCELONA: WEIN BESTANDTEIL EINES GESUNDEN LEBENSSTILS

Die Stiftung Mittelmeerernährung feierte Ende April in Barcelona ihr 20-jähriges Bestehen und lud zum 11. Internationalen Kongress, bei dem es nicht nur um Essen und Trinken ging, sondern um einen insgesamt gesunden Lebensstil. Neben gutem Schlaf, Sonne und sozialen Kontakten spielt dabei selbstverständlich auch der maßvolle Weingenuss eine Rolle, worauf nicht nur die Delegierten der DWA in ihren Vorträgen hinwiesen.

» WEITERLESEN

Rudolf Mies, WiM-Botschafter

Rudolf Mies, geboren am 29. Dezember 1952 in Bad-Neuenahr-Ahrweiler, ist verheiratet und hat zwei Kinder.

Jahrzehntelang verantwortete er als Vorstandsvorsitzender und Geschäftsführer maßgeblich die Geschicke der WG Mayschoß-Altenahr, der ältesten Winzergenossenschaft der Welt. Die WG hat 420 Mitglieder und umfasst 160 ha Rebfläche. 60% davon sind mit Spätburgunder bestockt.



Die letzten zehn Jahre seines Berufslebens war Rudolf Mies zugleich auch Geschäftsführer des Weinguts Kloster Marienthal KG. Seit Anfang 2016 befindet sich Herr Mies im Ruhestand.

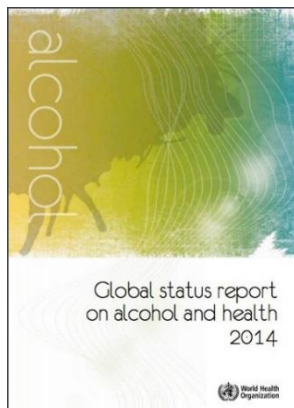
Zu seinen zahlreichen ehrenamtlichen Tätigkeiten, wie im Förderverein der Burg Saffenburg und im Heimat- und Verkehrsverein Mayschoss, zählt auch das Amt des stellvertretenden Weinbaupräsidenten der Ahr.

Seit 2015 ist Rudolf Mies WiM-Botschafter.

Seine Hobbys sind die Bewirtschaftung von 16 ha Weinbergsfläche und Wanderurlaube in alle deutschen Anbauggebiete.

A graphic with a purple header that says "WIM-BOTSCHAFTER". Below it, in purple text, is the quote: "ICH BIN WIM-BOTSCHAFTER, WEIL VERNÜNFTIGER UMGANG MIT WEIN FÜR MICH EINE SELBSTVERSTÄNDLICHKEIT IST UND ICH DIES AUCH MEINEN KUNDEN VERMITTELN WILL!". Below the quote, in black text, is "RUDOLF MIES". At the bottom left, there is a green arrow pointing right with the text "> Weiterlesen". On the right side of the graphic is a portrait of Rudolf Mies, a man in a dark suit and yellow tie, smiling.

Herzkrankheiten: Wichtige Rolle der Trinkmuster



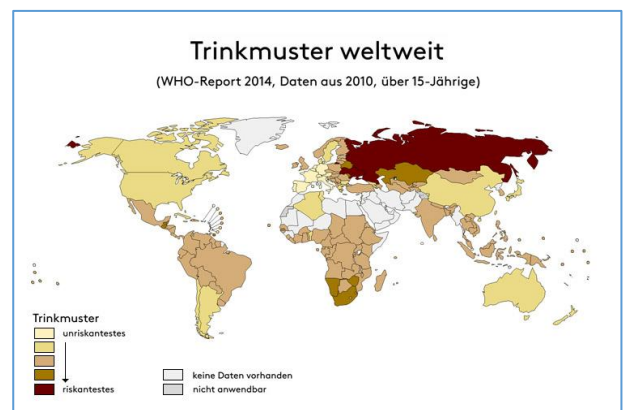
Trotz jahrzehntelang angesammelter und starker Belege für den positiven Einfluss eines moderaten Konsums alkoholischer Getränke auf das Herz- und Gefäßsystem gibt es immer wieder kritische Stimmen. Meist wird der günstige Effekt aufgrund methodischer Probleme bezweifelt. Beispielsweise geht man davon aus, dass Abstinenzler deswegen ein erhöhtes kardiovaskuläres Risiko haben, weil sie aufgrund vorbestehender Krankheiten abstinent wurden und so die Ergebnisse verfälschten. Dieses als „Sick Quitters“ bekannte Phänomen wurde in früheren Studien nicht immer angemessen berücksichtigt – in neueren Arbeiten jedoch schon.

Der genannte Umstand und weitere neue Daten aus Meta-Analysen und Kohortenstudien bewogen das internationale Forscherteam um Professor Jürgen Rehm von der Universität Dresden, sich die weltweiten Daten über alkoholassoziierte Todesfälle durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen noch einmal genauer anzusehen.

Die Wissenschaftler entwickelten dazu eine verbesserte Methodik, die die Kritikpunkte an früheren Arbeiten berücksichtigte. Zudem legten sie Wert darauf, sowohl den Effekt der Trinkmenge als auch der Trinkmuster auszuwerten, die die gesundheitlichen Auswirkungen entscheidend beeinflussen.

Als Grundlage der Analyse dienten dem Team aus Psychologen, Medizinerinnen und Suchtexperten die Daten des jüngsten Berichts der Weltgesundheitsorganisation WHO (*Global Status Reports on Alcohol and Health*) aus dem Jahr 2014, in dem die Konsum- und Sterblichkeitsdaten bis 2012 ausgewertet sind.

Berücksichtigt wurden zudem neuere Meta-Analysen sowie eine große Kohortenstudie aus Russland und umliegenden Ländern, wo ungesunde Trinkmuster weit verbreitet sind. Auch floss in die Berechnungen ein, ob in einem Land eher die Abstinenz die Norm ist, wie etwa in Thailand, oder ob es unter den Abstinenzern viele „Sick Quitters“ gibt, die aus gesundheitlichen Gründen keine alkoholischen Getränke mehr konsumieren, wie dies eher für westliche Industrienationen beschrieben ist.



Die Neuberechnungen der Anzahl alkoholassoziierten Todesfälle durch Herz- und Gefäßerkrankungen ergaben folgendes Bild:

- Weltweit ließen sich rund 780.000 kardiovaskuläre Todesfälle dem Konsum alkoholischer Getränke zuordnen (442.000 bei Männern und 338.000 bei Frauen).
- Diese Zahl liegt um 31 % niedriger als in der Analyse des WHO-Berichts aus 2014, nach dem 1,1 Millionen Todesfälle durch Herz- und Gefäßleiden dem Alkohol geschuldet sind.
- Insbesondere die alkoholassoziierte Sterblichkeit durch **Herzinfarkte** und ischämischen **Schlaganfälle** (sog. Hirninfarkte) bei Frauen lag deutlich unter den früheren Werten.
- Bei der Herzinfarkt-Sterblichkeit zeigt sich die altbekannte **J-förmige Kurve**: geringstes Risiko bei moderatem Konsum, höhere **Risiken bei Abstinenz und hohem Konsum bzw. Missbrauch**.
- **Ließ man Russland und die umliegenden Länder außen vor, ergab sich ein insgesamt positiver Effekt: eine verminderte Sterblichkeit durch Herz- und Gefäßleiden aufgrund moderater Trinkmengen und günstiger Trinkmuster.**

Einfluss alkoholischer Getränke auf die Herz-Kreislauf-Sterblichkeit anhand neuester weltweiter Daten

- Herz- und Gefäßkrankheiten können durch alkoholische Getränke positiv und negativ beeinflusst werden, je nach Trinkmenge und Trinkmuster
- Studie zur Ermittlung des Anteils der globalen Herz-Kreislauf-Todesfälle, die mit dem Konsum alkoholischer Getränke zusammenhängen
- Basisdaten aus dem WHO-Bericht 2014
- ergänzt durch neuere Studien mit regionalem Bezug (z. B. aus Russland und westlichen Industrieländern)
- ergänzt durch Trinkmuster-Analysen, die für die gesundheitlichen Wirkungen entscheidend sind
- Neuberechnung des Einflusses alkoholischer Getränke anhand aller Daten und mithilfe einer differenzierteren Methodik

Rehm, J et al.: Modelling the impact of alcohol consumption on cardiovascular disease mortality for comparative risk assessments: an overview. BMC Public Health 2016;16:363, doi: 10.1186/s12889-016-3026-9

Alkoholassoziierte Todesfälle 2012 weltweit

Daten des WHO-Berichts 2014 sowie Neuberechnung nach Einschluss neuerer Daten

WHO-Bericht	Krankheit	Männer	Frauen	gesamt
	Ischämische Herzkrankheit	111.755	417.469	529.225
	Ischämischer Schlaganfall	64.390	45.979	110.369
	alle Herz- und Gefäßleiden	499.499	628.775	1.128.273
Neuberechnung	Krankheit	Männer	Frauen	Gesamt
	Herzrhythmusstörungen	7.373	7.835	15.208
	Bluthochdruck	70.051	24.664	94.714
	Hämorrhagischer Schlaganfall	245.930	132.828	378.757
in Klammern: Differenz WHO/ Neuberechnung	Ischämische Herzkrankheit	54.499 (- 51 %)	150.121 (- 64 %)	204.620 (- 61 %)
	Ischämischer Schlaganfall	64.040	23.042 (- 50 %)	87.082 (- 21 %)
	alle Herz- und Gefäßleiden	441.893 (- 12 %)	338.490 (- 46 %)	780.381 (- 31 %)

Rehm, J et al.: BMC Public Health 2016;16:363, doi: 10.1186/s12889-016-3026-9

Neuer WiM-Partner: Institut der Masters of Wine



George Sandeman (Wine in Moderation, links im Bild) und Pedro Ballesteros (The Institut of Masters of Wine)

Das Institut der Masters of Wine (IMW) - mit Sitz in London - bietet mit seiner Ausbildung zum Master of Wine den weltweit angesehensten Titel im Weinsektor an. Die ursprünglich für britische Weinhändler eingeführte Qualifizierung absolvierten mittlerweile mehr als 340 Masters of Wine, die in 25 Ländern der Welt aktiv sind. Es handelt sich um Winzer, Händler, Journalisten, Lehrer und Berater, die sich in dem anspruchsvollen

Ausbildungsgang, der inzwischen auf vier Kontinenten angeboten wird, ein herausragendes Weinwissen angeeignet haben.

Dazu wird künftig auch ein umfangreiches Wissen um die gesundheitlichen Aspekte des Weingenußes gehören. Denn wie am 20. April 2016 in Brüssel bekanntgegeben wurde, wird das Institut der Masters of Wine künftig als neuer Partner die europäische Wine in Moderation Initiative unterstützen.

Fokus auf Bildung und sozialer Verantwortung

Soziale Verantwortung und Bildungsmaßnahmen sollen im Mittelpunkt der neuen Partnerschaft stehen. Dazu kündigte Pedro Ballesteros, Beiratsmitglied des Instituts, an, dass die Inhalte des WiM-Programms in den Ausbildungskatalog zum Master of Wine aufgenommen würden: „Wir stehen in der Weinwelt für Exzellenz. Ein verantwortungsvoller und bewusster Weingenuss ist ein notwendiger Weg zur Exzellenz.“



Wir freuen uns daher, dass dank unserer Partnerschaft mit Wine in Moderation die IMW-Studenten über die Vorteile des moderaten Genusses informiert werden und diese wichtige Botschaft als spätere Masters of Wine weitertragen.“

Bekanntgegeben wurde die neue Partnerschaft anlässlich der WiM-Jahresversammlung, bei der auch der Jahresbericht 2014/2015 vorgestellt wurde und zu der Mitglieder und Partner aus aller Welt nach Brüssel gekommen waren. Der Präsident der Wine in Moderation-Organisation, George Sandeman, hob die gute Übereinstimmung der Bildungsinhalte beider Vereinigungen hervor: „Wir möchten alle, dass die Menschen den Wein genießen, dass sie verantwortungsvoll damit umgehen und Missbrauch vermeiden.“

Weitere Infos unter: <http://www.wineinmoderation.eu/de/articles/Masters-of-Wine-team-up-with-Wine-in-Moderation.163/> und <http://www.mastersofwine.org/>

Den Jahresbericht der WiM-Aktivitäten 2014/2015 finden Sie hier: http://www.wineinmoderation.eu/files/WIM_Reports/Wine_in_Moderation_Implementation_Report_2014-2015_short_p.pdf

DWA beim 11. Kongress „Mediterrane Ernährung“ in Barcelona

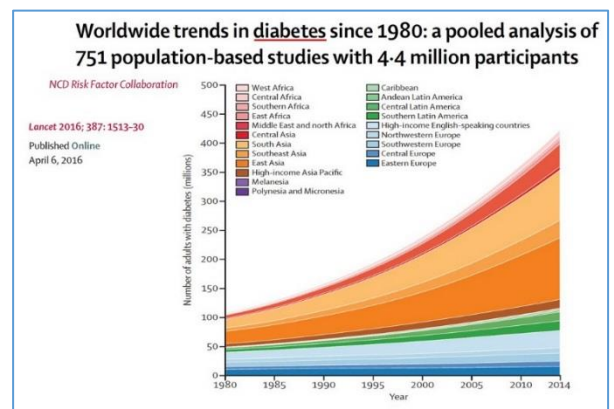
Den großen Rahmen bot die Internationale Ernährungs- und Getränkemesse „Alimentaria“, die Aussteller und Wissenschaftler aus aller Welt nach Barcelona lockte. Eingebettet in diesen Event hatte die Stiftung Mediterrane Ernährung zu ihrem 11. Kongress geladen.

Vor rund 200 Wissenschaftlern und anderen Experten wurde hier vom 27. bis 28. April 2016 über die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse, über die Mittelmeerkost, über Gesundheit und moderaten Weingenuss referiert.

Nach der Begrüßung durch Professor Ramon Estruch von der Universitätsklinik in Barcelona, der die berühmte PREDIMED Präventionsstudie zur mediterranen Kost durchgeführt hat, berichtete Dr. Iris Shai von der Ben Gurion Universität in Israel über die positiven Erfahrungen mit moderatem Weingenuss bei zuvor abstinenten Typ-2-Diabetikern. Ihre Schlussfolgerungen:

- Der moderate Weingenuss kann sinnvoller Teil einer gesunden Ernährung sein. Er vermag die bei Diabetikern erhöhten Risiken für Herz- und Gefäßkrankheiten zu senken.

- Die Unterschiede zwischen Rot- und Weißwein sind marginal. Ursula Fradera von der DWA, die die internationale wissenschaftliche Plattform der Initiative Wine in Moderation koordiniert, hob bei ihrer Präsentation hervor, dass derartige Erkenntnisse die Basis für das Programm Wine in Moderation sind. Die Initiative fuße auf einer soliden Grundlage gut dokumentierter wissenschaftlicher Fakten. Für die Seriosität und Richtigkeit dieser Informationen sorgt ein internationales unabhängiges Expertenteam.



Nach dem Kongressbeitrag von Prof. Nicolai Worm zeigt die beste wissenschaftliche Evidenz, dass ein leichter bis moderater Weinkonsum für die meisten Erwachsenen vorteilhaft sein kann. Vor diesem Hintergrund geraten die neuen Richtlinien Großbritanniens in die Kritik. Diese kommunizieren als „sicherste“ Alternative die Abstinenz bzw. den geringstmöglichen Konsum, die sich bei Männern auf ihr Unfallrisiko bezieht und bei Frauen auf Krebserkrankungen. Mit dieser Herangehensweise werden die positiven gesundheitlichen Effekte des moderaten Konsums auf Herz und Gefäße, auf den Zucker- und Insulinstoffwechsel wie auch auf die kognitive Leistungsfähigkeit ignoriert. Nicht wegzudiskutieren war, dass die Gesamtsterblichkeit einer J-förmigen Kurve folgt - mit geringstem Risiko bei leichtem bis moderatem Konsum.

Angesichts der steigenden Raten an massiv Übergewichtigen und Diabetikern seien die britischen Empfehlungen daher nicht optimal für die Gesundheitsvorsorge. Hier biete die mediterrane Ernährung, die das tägliche Glas Wein im Rahmen gesunder Mahlzeiten einschließt, deutliche Vorteile – nicht nur hinsichtlich der Sterblichkeit an Herz- und Gefäßkrankheiten sondern sogar hinsichtlich Krebserkrankungen.

Weiter Infos unter: <http://www.wineinmoderation.eu/de/events/Mediterranean-Diet-Congress-reveals-links-between-of-diet-health.151/> und <http://congresodietamediterranea.com/en/>