



## « «WINE IN MODERATION» IST DER VERNÜNFTIGSTE WEG »

Im Rahmen des Kongresses «Lifestyle, Diet, Wine and Health», der Ende März in Rom durchgeführt wurde, haben wir mit Claudia Hammer, wissenschaftliche Leiterin der Deutschen Weinakademie, gesprochen. Diese Institution setzt sich im deutschsprachigen Raum für die Bewegung «Wine in Moderation» ein.

**O+W:** Claudia Hammer, vor zwei Jahren haben wir uns beim letzten Kongress in Toledo getroffen und schon da ein Interview über «Wine in Moderation» gemacht. Was hat sich seitdem verändert?

**Claudia Hammer:** In den letzten zwei Jahren ist eine politische Komponente hinzugekommen. In Toledo wurde mehr über Wissenschaft gesprochen, hier in Rom waren auch politische Diskussionen gefragt. Denn bei der Wissenschaft hat sich nicht so viel getan, aber wie das Wissen in die Welt gebracht und kommuniziert wird, das ist die Frage.

**Wie hat sich für Sie die Arbeit in Deutschland verändert, zumal Sie als Deutsche Weinakademie ja von der Weinbranche bezahlt werden?**

Es ist schwerer geworden. Wir stehen mit dem Versuch, vernünftigen Weingenuss zu propagieren, immer mehr mit dem Rücken zur Wand. Und immer kommt der Vorwurf: «Ihr seid ja von der Weinwirtschaft bezahlt.» Das ist immer eine Art Stigma. Man glaubt uns vorweg schon weniger, obschon wir seit dreissig Jahren versuchen, faktenbasierte Informationen zu liefern. Aber das ist halt auch der Zeitgeist.

**Woher kommt dieser Gegenwind?**

Das liegt wohl einerseits an der Natur der Medien. Andererseits bemerken wir, dass keiner mehr vertiefende Erklärungen bekommen möchte. Heute muss alles in zwei Zeilen Instagram-mässig erklärbar sein. Aber das

geht bei diesem Thema nicht. Wir wissen alle, zu viel Wein ist ungesund, klar ist auch, dass Schwangere und Kinder keinen Alkohol trinken sollten. Das ist selbstverständlich. Aber wir sagen «aber», und das möchte niemand hören. Somit stellen wir uns die Frage: Wie bekommt man das in die Köpfe der Leute rein? Zum Beispiel, dass diese J-Kurve existiert, dass es Mengen gibt, die sogar gesund sein können.

**Grosser Treiber der Gegenkampagne ist die World Health Organisation (WHO). Was sagen Sie hierzu?**

Die Leute von der WHO haben schon das Gefühl, sie könnten für alle den Massstab setzen. Dabei muss man beachten, wie diese Behörde

zusammengesetzt ist und – wenn es um Alkohol geht – wer sie finanziert. Da haben wir in der Tat eine Art «Bias», also eine Verzerrung. An vorderster Front ist in diesem Zusammenhang die Movendi-Bewegung zu nennen, die auf den Abstinenzbestrebungen der Guttempler des 19. Jahrhunderts aufgebaut ist. (Hier war beispielsweise der bekannte Schweizer Psychiater Auguste Forel eine der Galionsfiguren, Anm. d. Red.). Diese Bewegung konnte sich bei der WHO stark verankern. Auch ihr meistzitiertester Autor Tim Stockwell, der seit einigen Jahren sein Abstinenzcredo wie eine Monstranz vor sich herträgt, gehört in diese Bewegung. Natürlich sind das gescheite Leute, aber wenn sie ihre Botschaft ideologisch kommunizieren, haben wir mit unserer faktenbasierten Argumentation ein Problem.

**Es gab kürzlich eine Sendung des bekannten TV-Arztes Eckart von Hirschhausen über die sogenannte «Macht des Alkohols» (ZDF, 27.01.25), die zur besten Sendezeit die Doktrin der WHO unkritisch übernommen hat. Was geht da vor?**

Ja, das ist eine Katastrophe, zumal unklar ist, ob er die zitierten Studien überhaupt gelesen hat. Aber er will wohl primär seine Bücher und Sendungen verkaufen und sich in den Medien als neuer Messias darstellen. Von ihm hätte ich erwartet, dass er die Studienlage prüft, bevor er so loshaut. Es kamen in dieser Sendung nur Menschen zu Wort, die Alkoholprobleme hatten – sensationslüstern auf Friedhöfen gedreht. Das hat mit Genuss nichts zu tun und ist in der Tat nicht unsere Welt.

**Meinen Sie, er lässt sich vor den Karren spannen?**

Ich will ihm nichts unterstellen, aber hätte er objektiv die Faktenlage studiert, wäre er zu einem anderen Schluss gekommen. Wir haben daraufhin die DGE (die Deutsche Gesellschaft für Ernährung) kontaktiert, auf deren neue Leitlinien er sich bezog und die ebenfalls die Null-Alkohol-Schiene fährt. In deren Erklärungen differenzieren sie zwar auf den hinteren Seiten ihres Berichtes, doch das bekommt die Presse nicht mit. Von uns darauf angeschrieben, hat die DGE ebenfalls nicht reagiert, bis sich ein Journalist direkt eingeschaltet hat. Erst dann haben sie geantwortet. Wir hatten z.B. den NASEM-Bericht, der ja die aktuellste Veröffentlichung ist (NASEM = National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine) und bestätigt, dass ein wenig Alkohol durchaus positive Effekte hat, an die DGE weitergeleitet. Dort hat man abgewiegelt und ihn als eine Art Übersicht herabgestuft.

Auseinandersetzung auf wissenschaftlicher Basis ist gefragt – auch bei Journalistinnen und Journalisten.

**Sie haben ihn schon erwähnt: Tim Stockwell wurde zum Gewährsmann für die Abstinenzbewegung. Wie schätzen sie seinen Einfluss ein?**

Er negiert die J-Kurve und behauptet, man habe die Alkoholkranken und alle, die aus gesundheitlichen Gründen nichts trinken, in die Kontrollgruppe gesteckt, das verzerrt natürlich. Allerdings wird dieser «Bias» seit Jahren schon berücksichtigt. Auch der erwähnte NASEM-Bericht zeigt das eindeutig. Das ist Wissenschaft und das können staatliche Einrichtungen wie die DGE nicht einfach ignorieren. Natürlich kann man behaupten, null Alkohol bedeutet kein Risiko. Das ist wie: Wer kein Messer hat, kann sich auch nicht schneiden. Aber diese Pauschalität ist zu einfach. Die ganze Thematik verunsichert vor allem die junge Branche, Weinbaustudierende und angehende Winzer, die wir unterrichten. Heutzutage fragen sie sich zunehmend, ob es mit dem eigenen Gewissen vereinbar ist, gleichsam ein gesundheitsschädliches Suchtmittel zu produzieren. Ich denke, da haben wir für die Zukunft ein Problem.

**Was uns auch bei den Diskussionen an diesem Kongress aufgefallen ist: Bei der Angabe der «richtigen» Menge gibt es eine deutliche Varianz, da werden Mengen zwischen zwei bis drei Gläser pro Tag oder bis zu 15 Gläser pro Monat empfohlen. Das macht die Sache nicht einfacher.**

Wir von «Wine in Moderation» raten zu 20 g Alkohol pro Tag für Frauen, 30 g für Männer. Das heisst, wir wählen einen Mittelweg zwischen den verschiedenen Mengenangaben. Die Menschen brauchen Anhaltspunkte. Ich persönlich sage: Es geht um den Rahmen, also um ein, zwei Gläser (ob das jetzt ein Gramm Alkohol mehr oder weniger bedeutet, spielt eine untergeordnete Rolle) und die Frage, wie wir konsumieren, also das sogenannte Trinkmuster. Sicher ist, ein bis zwei Flaschen pro Tag ist definitiv zu viel.

**Was nehmen Sie nun von Rom mit nach Hause?**

Ich frage mich tatsächlich, wie wir künftig kommunizieren müssen, damit es jeder versteht, ohne dass die Botschaft an Wahrheit verliert. Diese Thematik lässt sich nicht in einem Satz zusammenfassen. Ich bin mehr Wissenschaftlerin als Lobbyistin, für die wissenschaftliche Einschätzung werde ich



Claudia Hammer. (© O+W)

bezahlt. Ich liefere die Basis, alles andere sollte eigentlich nicht meine Aufgabe sein.


**Hier am Kongress wurde mehrfach moniert, dass die Medien pauschal agierten und dass Journalisten nicht mehr zuhören würden. Erleben Sie das in Deutschland auch so?**

Ich habe tatsächlich den Eindruck, dass sich viele nicht mehr trauen, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Wenn sie es dann doch tun, dann begreifen sie die Zusammenhänge schon. Aber wie gesagt: Differenzierungen sind nicht so «sexy» heutzutage.

**Trifft das auch bei der Weinfachpresse zu?**

Für die Profis der Weinpresse bin ich immer ein bisschen der Spassverderber, weil wir neben den (belegten) Benefits auch immer die (ebenfalls belegten) Risiken kommunizieren; wir bewegen uns eben auf dünnem Eis. Da muss man den Mut zur Ehrlichkeit haben. Ausserdem spiegelt sich jeder an seiner eigenen Situation.

**Wir alle wissen, Genuss und Sucht sind Schwestern. Das wurde auch hier thematisiert. Was ist Ihr Fazit?**

Der Psychologe Michael Klein hat es auf den Punkt gebracht: Wir brauchen Vergnügen im Alltag. Genuss ist eine Art von Vergnügen. Der eine greift zu Wein, der andere zu Cannabis. Mit Mass und Ziel schadet beides keinem. Zuviel davon bringt dich aus der Bahn. Das Verteufeln aber ist keine Lösung. Deshalb ist «Wine in Moderation» der vernünftigste Weg. 

Markus Matzner