

Bleibt klar!

BAM!

Totes Kleinkind!

Und das alles nur, weil der Fahrer des Autos beschlossen hat um 17.30 Uhr mit 0,7 Promille durch die Stadt zu rasen.

Dies ist zwar ein krasses Beispiel, aber es ist nicht übertrieben.

Ich möchte euch eine Frage stellen: Wie viele von euch trinken Alkohol? (*eingehen auf die Zahl der Meldungen*)

In Deutschland trinken von den 18- bis 64-Jährigen 96,4% regelmäßig Alkohol. 1,77 Millionen Menschen gelten als alkoholabhängig.

Warum jeder von euch besser zu den vermeintlich „uncooleren“ 3,6% gehören und lieber nüchtern statt betäubt durchs Leben gehen sollte und warum unsere Gesellschaft ihre Haltung zu Alkohol verändern muss, werde ich euch in den folgenden paar Minuten erklären.

Es könnte euer Leben beeinflussen.

Wenn wir ehrlich sind, dann trinken wir aus drei verschiedenen Gründen Alkohol.

Erstens: Wegen des Geschmacks. Viele von denen, die Alkohol trinken, finden den Geschmack von alkoholischen Getränken wie zum Beispiel Bier sehr lecker. Doch warum greift man beim Einkaufen lieber zur alkoholhaltigen statt zur harmlosen alkoholfreien Variante, die im Supermarkt im Nachbarregal steht?

Diese bietet denselben Geschmack, aber ohne die Nachteile, die Alkohol mit sich bringt.

Ich denke, dass dies nur aus den beiden anderen Gründen so passiert.

Also zweitens: Um Dinge zu verdrängen. Das können die unterschiedlichsten Sachen sein, zum Beispiel Stress mit den Eltern, Probleme in der Schule oder auf der Arbeit oder Schüchternheit.

Und drittens: Jetzt kommt der Grund, den ich am problematischsten finde, wegen des gesellschaftlichen Gruppenzwangs. Dieser entsteht einerseits durch, oftmals ältere, Freunde, die es cool finden sich ‚Alk hinter die Binde zu kippen‘ und dich dann dazu drängen mit zu saufen. Und andererseits entsteht dieser Drang zum Alkohol durch die hohe Akzeptanz, die Alkohol in unserer Gesellschaft genießt. Alkohol ist wie Tabak in Deutschland eine legale Droge, aber sehr gefährlich. Der Alkoholkonsum wird uns von klein auf vorgelebt. Er gehört zu unserem Erwachsenwerden dazu wie beispielsweise das Führerschein machen. Alkohol begegnet uns in Filmen, im Fernsehen, in Computerspielen und in der Werbung, so gibt es vor jeder Übertragung eines Fußballspiels eine Bier-Werbung. Aber auch bei unseren Familienmitgliedern, bei feierlichen Anlässen oder im ganz normalen Alltag ist Alkohol sehr präsent. Er ist nahezu überall. Was bei einigen dafür sorgt, dass sie, schon bevor sie 16 Jahre alt sind, Alkohol konsumieren.

Doch dass Alkohol zu ernsthaften Problemen führen kann, wird oft nicht oder nur ungenügend deutlich gemacht. Es gibt viele negative Seiten von Alkohol und die wichtigsten werde ich euch jetzt erklären.

Der erste Punkt ist, dass Alkohol keine Lösung ist, da er nur Illusionen kreiert. Während ihr berauscht seid, kann es zwar passieren, dass ihr für kurze Zeit eure Probleme vergesst, aber dadurch verschwinden sie nicht! Hinzukommt, dass der Moment, wo sie euch wieder einfallen, oft emotional belastender ist als die dauerhafte Gewissheit über ein Problem.

Der zweite Punkt ist, dass viele das bereuen, was sie getan haben, als sie unter dem Einfluss von Alkohol standen. Ein Beispiel dafür wäre, dass ihr jemandem, den ihr eigentlich gern habt, verletzende Dinge sagt. Dadurch können Streitigkeiten entstehen, die bis zum Ende einer Freundschaft führen können.

Der dritte Punkt sind die Straftaten. Laut der Polizei waren 2012 rund 32,1 %, also etwa ein Drittel,

aller Tatverdächtigen eines Gewaltdelikts unter dem Einfluss von Alkohol. Die Gefahr, dass ihr eine Straftat begeht, ist deutlich höher, wenn ihr Alkohol konsumiert habt als wenn ihr nüchtern seid. Das ist deshalb der Fall, weil der Alkohol eure Hemmungen ausschaltet. Das heißt ihr könnt euch nicht mehr so gut beherrschen, werdet impulsiver und unkontrollierter. Außerdem kann es passieren, dass ihr aggressiv werdet.

Der vierte und letzte Punkt ist - und dies gilt besonders für Jugendliche, die sich noch im Wachstum befinden -, dass Alkohol auf Dauer zu extremen körperlichen Schäden führt. In erster Linie leidet eure Leber. Sie ist für den Abbau des Alkohols verantwortlich. Typische Folgen von übermäßigem Alkoholkonsum sind Verfettung und Verhärtung der Leber, was im Endstadium zur Leberzirrhose führt. Doch nicht nur eure Leber, sondern auch euer Gehirn leidet unter Alkohol. Euer Gedächtnis wird deutlich schlechter und ihr könnt starke Konzentrationsschwierigkeiten bekommen. Dazu kann es zu einer Reihe von irreversiblen Schäden führen.

Außerdem steigt die Wahrscheinlichkeit für Herzmuskel-Erkrankungen und Krebs. Hinzu kommt, dass alkoholische Getränke zu Übergewicht führen können. Das nennt man dann Bierbauch.

Ich hoffe, das waren genug Gründe für euch, die gegen Alkohol sprechen.

Meiner Meinung nach sollte der Staat mehr dafür tun, dass sich die allgemeine Haltung zu Alkohol ändert. Er könnte zum Beispiel Werbung für Alkohol verbieten. Oder dafür sorgen, dass er nur noch in speziellen Läden verkauft werden darf.

Trotzdem ist jeder von uns in der Verantwortung sich mit seinem eigenen Alkoholkonsum zu beschäftigen und diesen zu reduzieren. Wenn ihr bis jetzt noch keinen Alkohol trinkt, dann seid so schlau und fangt gar nicht erst damit an.

Bleibt klar!