

Neue Daten aus HINTS Germany

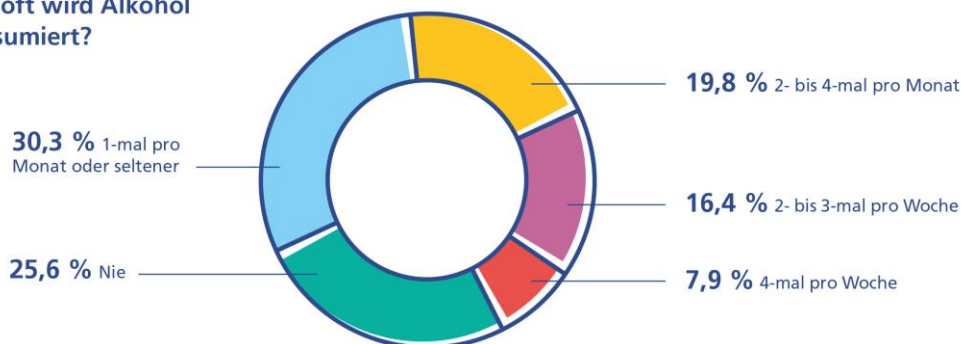
## Alkoholkonsum in Deutschland

**Berlin, 20.01.2021 – Alkohol ist ein fester Bestandteil des Soziallebens. Mit Beginn der Beschränkungen reduzierten sich zwar die sozialen Kontakte – getrunken wird in Deutschland laut Umfragen aber trotzdem. Wie häufig die Deutschen tatsächlich zum Glas Wein oder der Flasche Bier greifen, zeigen Ergebnisse aus HINTS Germany, einer Studie der Stiftung Gesundheitswissen und des Hanover Center for Health Communication.**

Ob das Feierabendbier oder der Sekt zum Anstoßen: Alkohol ist beliebt unter den Deutschen. Etwa 25 Prozent der Befragten gaben an, mehrmals pro Woche Alkohol zu trinken: Konkret nehmen 16,4 Prozent 2-3-mal wöchentlich Alkohol zu sich und 7,9 Prozent der Befragten gaben an 4-mal in der Woche oder öfter alkoholische Getränke zu konsumieren. Das zeigen aktuelle Zahlen des Health Information National Trends Survey Germany (HINTS Germany), die von der Stiftung Gesundheitswissen in Zusammenarbeit mit dem Hanover Center for Health Communication durchgeführt wird. 19,8 Prozent der Befragten trinken alle zwei Wochen bzw. wöchentlich einmal alkoholische Getränke. Immerhin: Viele Menschen geben an, keinen oder kaum Alkohol zu trinken. Ein Viertel der Befragten erklärte, dass sie nie alkoholische Getränke zu sich nehmen. Weitere 30,3 Prozent trinken nur einmal im Monat oder noch seltener ein Glas Wein, ein Bier, ein Mixgetränk oder etwas Hochprozentigeres wie Schnaps oder Likör.

### Etwa 25 Prozent trinken mehrmals pro Woche

Wie oft wird Alkohol konsumiert?



Basis: n=2.878 Befragte

Quelle: Studie „HINTS-Germany“, 2019 – erste Erhebungswelle, insgesamt N=2.902 Befragte  
HINTS-Germany ist eine Studie der Stiftung Gesundheitswissen in Zusammenarbeit mit dem Hanover Center for Health Communication

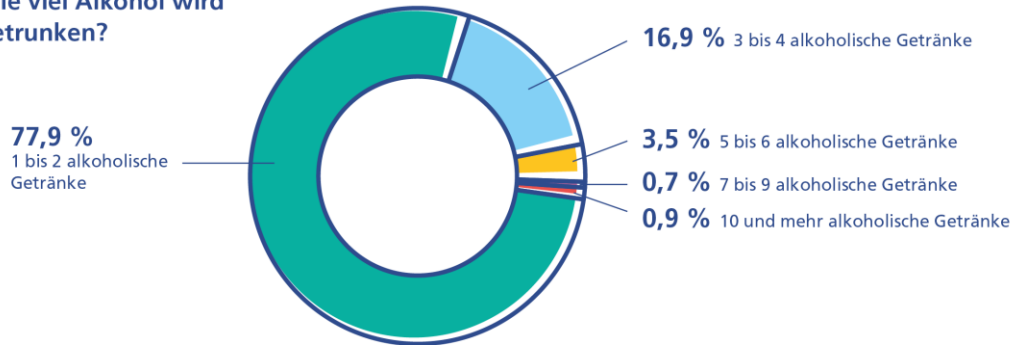
© Stiftung Gesundheitswissen 2020

### Die Menge macht's: Die meisten trinken nicht mehr als 1 bis 2 Gläser

Egal ob das Glas Wein zum Essen oder der Verdauungsschnaps danach – beim Konsum von Alkohol kommt es auf die Menge an. Die meisten Deutschen machen nach 1 bis 2 Gläsern Schluss. So gaben 77,9 Prozent der Befragten an, wenn sie trinken, höchstens zwei alkoholische Getränke zu sich zu nehmen. Weitere 16,9 Prozent trinken drei bis vier alkoholhaltige Getränke. Insgesamt etwa 5 Prozent der Befragten konsumieren fünf oder mehr Gläser Alkohol – 0,9 Prozent sogar zehn oder mehr alkoholische Getränke. Dass manchmal schon das zweite Glas zu viel sein kann, ist vielen nicht bewusst. Die Grenze für risikoarmen Alkoholkonsum, also die Menge die für die Gesundheit als relativ ungefährlich betrachtet wird, liegt bei Frauen bei höchstens 12 Gramm und bei Männern bei höchstens 24 Gramm Reinalkohol. Zum Vergleich: ein großes Bier mit einem halben Liter enthält etwa 20 Gramm reinen Alkohol, 0,2 liter Rotwein 18 Gramm Alkohol.

## Großteil der Befragten trinkt 1 bis 2 Gläser

Wie viel Alkohol wird  
getrunken?



Basis: n=2.088 Befragte

Quelle: Studie „HINTS-Germany“, 2019 – erste Erhebungswelle, insgesamt N=2.902 Befragte  
HINTS-Germany ist eine Studie der Stiftung Gesundheitswissen in Zusammenarbeit mit dem  
Hanover Center for Health Communication

© Stiftung Gesundheitswissen 2020

### Tatsächlicher Alkoholkonsum könnte etwas höher liegen

Gefragt nach der Anzahl an getrunkenen Alkoholika, entschieden sich 77 der 2.165 Befragten dafür keine Angabe zu machen. Bei einer ähnlichen Frage zum Rauchverhalten gab es niemanden der sich nicht äußern wollte. Es ist anzunehmen, dass der tatsächliche Alkoholkonsum durchaus etwas höher liegen könnte, da die Antworten auf Selbsteinschätzungen der Befragten beruhen. Dabei spielt sowohl das Erinnerungsvermögen des Einzelnen eine Rolle als auch die gesellschaftliche und soziale Erwünschtheit von Antworten. Diese können Ergebnisse beeinflussen und müssen bei einer Bewertung dieser mitbedacht werden.

### Hintergrund zur Studie HINTS Germany

Der Health Information National Trends Survey Germany (HINTS Germany) ist ein Projekt der Stiftung Gesundheitswissen, das in Zusammenarbeit mit dem Hanover Center for Health Communication der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover realisiert wird. An der ersten Befragungswelle in 2019 haben insgesamt 2902 Personen teilgenommen. Mehr zur Studie finden Sie unter: [www.hints-germany.de](http://www.hints-germany.de).

### Kontakt für Presseanfragen:

Una Großmann  
Leiterin Kommunikation  
[una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-20  
F +49 30 4195492-99

Katharina Calhoun  
Referentin PR und Marketing  
[katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-22  
F +49 30 4195492-99

### Über die Stiftung Gesundheitswissen:

Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen mit Sitz in Berlin will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken und die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu erstellt sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse, zeigt Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen auf und fördert das Gesundheitswissen im Allgemeinen. Stifter ist der Verband der Privaten Krankenversicherung.