

# VINOMED

MAGAZIN FÜR WEIN,  
GENUSS & GESUNDHEIT  
DEZEMBER // 2018

Maßvoller Weingenuss: Weniger Leberfibrose bei nichtalkoholischer Fettleber (NAFLD) //  
Kritik an den Richtlinien zum moderaten (Wein-)Konsum //  
Alkoholfreier Sekt und Wein: In der Schwangerschaft möglich? //  
DWA und Wine in Moderation: Interaktiv auf der Intervitis //



**DWA** DEUTSCHE  
WEIN  
AKADEMIE

## ALKOHOLFREIER SEKT UND WEIN: IN DER SCHWANGERSCHAFT MÖGLICH?

In bestimmten Lebenssituationen gilt es, auf jegliche alkoholische Getränke zu verzichten. Die sogenannte „Punktnüchternheit“ ist insbesondere während der Schwangerschaft wichtig, denn das Ungeborene trinkt mit.

Alkohol passiert die Plazenta-schranke, die die Blutkreisläufe von Mutter und Kind trennt, leicht und verteilt sich so auch im Blut, in den Organen und im Gewebe des Kindes. Da die fetale Leber aufgrund unzureichender Enzymaktivitäten das Ethanol nur schlecht abbauen kann, erleidet der kindliche Organismus Schäden, die in einem Fetalen Alkoholsyndrom (FAS, auch Alkoholembryopathie genannt) gipfeln können.

Ein FAS kann sich durch Wachstumsstörungen, körperliche Fehlbildungen, vor allem der Augen, Nase und des Herzens, sowie in Form von Entwicklungsstörungen des Gehirns zeigen. Letztere können zu Verhaltensauffälligkeiten, vermindertem Denk-, Lern- und Sprachvermögen bis hin zu schweren geistigen Behinderungen führen. Diese Fehlentwicklungen sind nicht therapierbar. Da es keine verlässlichen Erkenntnisse darüber gibt, ab welcher Dosis das Fetale Alkoholsyndrom ein-

tritt, wird aus Sicherheitsgründen während der Schwangerschaft von jeglichem Konsum alkoholischer Getränke abgeraten.

### ALKOHOLFREI IST NICHT FREI VON ALKOHOL

Doch selbst bei absoluter Abstinenz von alkoholischen Getränken können sich im menschlichen Blut Werte von 0,02–0,03 Promille finden. Sie ergeben sich aus der Einnahme alkoholhaltiger Arzneimittel oder beliebiger Stärkungsmittel – oder aus der ganz normalen Nahrung (siehe Tabelle).

Steht „alkoholfrei“ auf einem Sekt, Wein oder Bier, so dürfen bis zu 0,5 Vol.-% Alkohol enthalten sein, die nicht deklarierungspflichtig sind. Das bedeutet, dass in alkoholfreiem Wein oder Sekt bis zu 4 g Alkohol pro Liter bzw. maximal 0,8 g in einem 200-ml-Glas enthalten sein können. Analysen des Chemischen und Veterinäruntersuchungsamtes Stuttgart fanden in alkoholfreiem Wein und Sekt Werte von 0,03–0,23 Vol.-% Ethanol, also weniger als die Hälfte der zugelassenen Menge.



### IST EIN GLAS „ALKOHOLFREIER“ MÖGLICH?

Dürfte eine Schwangere unter diesen Umständen ein Glas alkoholfreien Wein oder Sekt genießen? In Trinkversuchen war (keine Schwangeren) nach dem Konsum von 1,5 l alkoholfreiem Bier (0,41 Vol.-%) nur bei jedem Dritten der Probanden überhaupt Alkohol im Blut bestimmbar (0,0056 Promille). Bei den anderen 70 % fanden sich 0 Promille.

Aus biologischer Sicht tendiert die Wahrscheinlichkeit einer Gefahr durch ein Glas alkoholfreier Getränke bzw. durch Getränke mit Alkoholgehalten von bis zu 0,5 Vol.-% gegen Null. Insofern muss Schwangeren vom Genuss eines Glases alkoholfreien Sektes oder Weines nicht abgeraten werden.



Alkoholgehalt verschiedener Nahrungsmittel			
	g/l/kg	Vol.-%	Trink-/Ess-Einheit
Apfel- oder Traubensaft	8	bis 1,0	250 ml = 2,00 g
Sauerkraut	2–8	bis 1,0	100 g = 0,80 g
reife Bananen	ca. 5	ca. 0,6	100 g = 0,50 g
Kefir	ca. 5	ca. 0,6	200 ml = 1,00 g
Hefeteigprodukte	2–4	bis 0,5	100 g = 0,40 g
Brot	1,6–2,4	0,2–0,3	100 g = ca. 0,20 g
alkoholfreier Sekt	bis 4	bis 0,5	200 ml = bis 0,80 g