



Alkohol in der Schwangerschaft: Kein Schluck ist unbedenklich

Hamburg

HanseMerkur Preis für Kinderschutz ehrt die Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V. mit einem Anerkennungspreis

*In Deutschland wird etwa jede Stunde ein Kind mit Schädigungen geboren, die durch Alkoholkonsum während der Schwangerschaft bedingt sind. Das sind mehr als 10.000 im Jahr (mit einer hohen Dunkelziffer), davon etwa 3.000 mit dem Vollbild des Fetalen Alkoholsyndroms. Diese Schädigungen sind zu 100 Prozent vermeidbar, wenn in der Schwangerschaft kein Alkohol getrunken wird. Die **Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V. (ÄGGF)** setzt genau dort an, wo Aufklärung noch etwas bewirken kann: bei Kindern und Jugendlichen, Jahre bevor eine Schwangerschaft beginnt. Ärztinnen und Ärzte gehen dafür überwiegend ehrenamtlich in die Schulen, ohne Lehrkräfte, ohne Noten, mit ärztlicher Schweigepflicht. Für ihr bundesweites Präventionsprojekt „**Schwanger? Dein Kind trinkt mit!**“ erhält die Gesellschaft einen **Anerkennungspreis** des HanseMerkur Preises für Kinderschutz. Die Auszeichnung ist mit **20.000 Euro** dotiert und wird im Rahmen der feierlichen Preisverleihung am 06. Oktober 2026 am Unternehmenssitz der HanseMerkur in Hamburg überreicht.*

Fetale Alkoholspektrumstörungen (FASD) sind die häufigsten angeborenen, nicht genetisch bedingten und zugleich vollständig vermeidbaren Erkrankungen. Die Folgen sind lebenslang und reichen von Lern- und Konzentrationsproblemen bis hin zu schweren körperlichen Behinderungen. Das Wissen darüber ist erschreckend gering: Mindestens 20 Prozent der Schwangeren trinken auch dann noch Alkohol, wenn sie von ihrer Schwangerschaft wissen. Ein Milieuproblem ist das nicht. Frauen mit hohem Sozialstatus hatten sogar einen 2,5-mal so hohen moderaten Alkoholkonsum wie Frauen mit niedrigem.

Eberhard Sautter, Vorstandsvorsitzender der HanseMerkur, zeigt sich von der Arbeit des Vereins beeindruckt: „Die ÄGGF leistet Prävention dort, wo sie ankommt: im Klassenzimmer, im direkten Gespräch, ohne Umweg. Dass Ärztinnen und Ärzte ihre Zeit überwiegend ehrenamtlich einbringen, um junge Menschen vor einer vermeidbaren Schädigung zu bewahren, verdient unseren höchsten Respekt. Wir zeichnen die ÄGGF aus, weil sie ein Tabuthema mit viel Fingerspitzengefühl und fachlich einwandfrei in die Schulen trägt.“

Ärztinnen und Ärzte im Klassenzimmer

Herzstück der ÄGGF sind ärztliche Workshops an Schulen. Sie beginnen nicht mit dem Curriculum, sondern mit einer Frage: Was beschäftigt euch gerade am meisten? Von dort aus arbeiten sich die Ärztinnen und Ärzte durch verschiedene alters- und entwicklungsgerechte Themen: von der Pubertät und dem Zyklus über Körperwahrnehmung, den Gynäkologen-/Urologenbesuch, Verhütung, sexuell übertragbare Krankheiten, Vorsorge und Impfungen bis hin zur Schwangerschaft und damit zu FASD. In der vierten Klasse läuft das Angebot meistens noch im Klassenverband, mit Beginn der Pubertät werden die Kurse nach Geschlechtern

getrennt. Lehrkräfte nehmen nicht teil. So entsteht ein geschützter Rahmen, in dem offen gesprochen werden kann.

Ein Modell, das man in den Arm nehmen kann

Einen erhobenen Zeigefinger sucht man in diesen Workshops vergebens. Die ÄGGF arbeitet auf Augenhöhe und mit Material, das man „anfassen und begreifen“ kann: detailgetreue Stoffmodelle von Geschlechtsorganen, ein Hodentastmodell mit simulierten Tumoren zum Abtasten, eine Gebärmutter und Plazenta einer Nichtraucherin und der einer Raucherin. Besonders eindrücklich sind zwei Babypuppen, eine gesunde und eine mit typischen FASD-Merkmalen. Die Ärztin legt sie den Jugendlichen in den Arm wie ein echtes Kind. Und sagt dann klar, was in keinem Beipackzettel steht: In der Schwangerschaft gibt es keine unbedenkliche Alkoholmenge.

„Wir erklären verständlich, sachlich, fachlich fundiert und geben ehrliche Antworten“, sagt Dr. med. Karen Reinecke, ÄGGF-Ärztin und Vorständin. „Viele Jugendliche stellen uns Fragen, die sie sich sonst nicht trauen zu stellen. Wir sind für sie neutrale Personen und haben durch unseren Beruf einen Vertrauensvorschuss. Dank der ärztlichen Schweigepflicht können sich die Schülerinnen und Schüler bei uns sicher fühlen. Wir beurteilen und benoten nicht, da wir nicht im System Schule arbeiten, sondern nur das Setting nutzen, um alle, unabhängig vom sozioökonomischen und kulturellen Hintergrund, zu erreichen. Genau das macht die Wirkung aus.“

7.700 Veranstaltungen in einem Jahr

Die ÄGGF ist seit ihrer Gründung 1956 in der schulischen Präventionsarbeit aktiv. Allein 2025 führte sie rund 7.700 Veranstaltungen durch und erreichte damit mehr als 101.000 Kinder und Jugendliche. Getragen wird diese Arbeit von überwiegend ehrenamtlich tätigen Ärztinnen und Ärzten, die vor ihrer Aufnahme sorgfältig geprüft werden: Approbation, erweitertes Führungszeugnis, Verschwiegenheitserklärung. Jedes neue Mitglied erhält eine umfassende Schulung und eine Patin oder einen Paten, die/der für alle Fragen zur Seite steht, das neue Mitglied innerhalb der ersten eigenen Workshops zweimal begleitet, um direkt Fragen oder Unsicherheiten zu klären. Nach ca. 100 durchgeführten Workshops folgt die Supervision, eine laufend aktualisierte Wissensdatenbank hält alle fachlich auf dem Stand.

Wissen, das nachweislich ankommt

Wie wirksam die Workshops sind, lässt sich messen. In einer Evaluation, durchgeführt vom IFT Nord, wussten vor dem Besuch der ÄGGF nur 45 Prozent der Jugendlichen, dass in der Schwangerschaft nur null Promille sicher sind. Danach waren es fast 87 Prozent. Jede Veranstaltung wird dokumentiert, das Curriculum laufend angepasst. Denn die Fragen ändern sich: Zunehmend verbreiten Influencerinnen und Influencer in sozialen Netzwerken irreführende Informationen, etwa zu Nebenwirkungen der Pille. Die ÄGGF würde dem gern über dieselben Kanäle begegnen. Priorität haben jedoch die Workshops mit direktem, persönlichem Kontakt an den Schulen.

Kostenfrei für Schulen – und genau darin liegt die Herausforderung

Für Schulen sind die Workshops kostenfrei. Finanziert werden sie vollständig über Förderungen und Spenden. Mancherorts übernehmen Fördervereine einen Teil der Kosten. Schulen in sozial benachteiligten Regionen sind auf das kostenlose Angebot angewiesen. Der Zulauf interessierter Ärztinnen und Ärzte ist hoch, dennoch bleiben regionale Lücken, etwa in ostdeutschen Bundesländern. Prävention ist dabei ungleich günstiger als die lebenslange Betreuung von Menschen mit FASD und ihren Familien. Das Preisgeld des HanseMercur Preises für Kinderschutz will die ÄGGF in die Qualitätssicherung ihres bundesweiten Netzwerks von rund 150 Ärztinnen und Ärzten investieren: in das Mentoring neuer Mitglieder, kollegiale Hospitationen und Supervisionen sowie in Fortbildungen und die jährliche Fachtagung.

„FASD betrifft nicht nur die Kinder und ihre Familien, sondern unsere gesamte Gesellschaft“, sagt Angela Hemme, Geschäftsführerin der ÄGGF. „Aufklärung wirkt – aber sie muss früh stattfinden, medizinisch fundiert sein und die jungen Menschen ernst nehmen. Die Auszeichnung holt das Thema aus der Nische. Diese Sichtbarkeit brauchen wir, denn der Bedarf an den Schulen ist riesig. Aufklärung darf kein Glücksfall sein.“

Quellen

FASD-Häufigkeit und Zahl der betroffenen Kinder: Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen gemeinsam mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Pressemitteilung „Null Alkohol in der Schwangerschaft“, 03.09.2020. Ergänzend: Deutsches Krebsforschungszentrum, „Fakten zum Alkohol – Fetale Alkoholspektrumstörung (FASD)“, Heidelberg 2023.

Alkoholkonsum in der Schwangerschaft und Wissenszuwachs durch die Workshops: Kramer H., Isensee B., Klapp C., Mais A., „Schulische FASD-Prävention im Vorfeld von Schwangerschaften“, Gynäkologische Praxis 46 (2020), S. 25–40.

Alkoholkonsum nach Sozialstatus: Bergmann K. E., Bergmann R. L., Ellert U., Dudenhausen J. W., „Perinatale Einflussfaktoren auf die spätere Gesundheit. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheitssurveys (KiGGS)“, Bundesgesundheitsblatt 50 (2007), S. 670–676.

Veranstaltungs- und Teilnehmerzahlen 2025: Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V., aeggf.de, Stand August 2026.

Bildquellen

- 4.jpg: Gunnar Gellert