



**MERKE: ALKOHOL MACHT DIE BIRNE HOHL**

**Alkohol lässt dein Gehirn schrumpfen.**

Ein paar Bier in der Kneipe, ein paar Alkopops in der Disco – und du kannst dich ganz flott um den Verstand trinken. Das heißt du lallst nicht nur an einem Abend blöd rum, sondern für immer!

Jeder Rausch gefährdet das Gehirn und zerstört Millionen von kleinen Gehirnzellen. Zuerst leiden Gedächtnis und Konzentrationsvermögen, Kritik- und Urteilsfähigkeit, später geht's auch mit der Intelligenz dahin – bis zum völligen geistigen Abbau.

Als Folge des Alkoholkonsums kann das menschliche Gehirn um bis zu 15% schrumpfen. Mit ca. 3 Gläsern Alkohol am Tag (oder eben mal ein Besäufnis am Wochenende) kannst du auf Dauer leicht einen Gehirnschaden bekommen.

4 bis 5 Jahre ständiger Alkoholkonsum reichen aus, um dein Gedächtnis zu verschlechtern. Wenn du so weitermachst, kann es sein, dass du »Korsakow« bekommst. Das ist kein Wodka, sondern eine Schädigung deines Gehirns, die dich Dinge nicht mehr so schnell kapieren lässt und deine Merkfähigkeit beeinträchtigt. Plump ausgedrückt: Du wirst immer dümmer.

**Korsakow-Syndrom:**



**Bei ständig starkem Trinken von Alkohol schrumpft dein Gehirn innerhalb von 4 bis 5 Jahren um 15%**

Das Korsakow-Syndrom ist eine vor allem bei Alkoholikern auftretende Form des Gedächtnisschwunds. Das äußert sich wie folgt:

- Betroffene sind nicht in der Lage, neue Gedächtnisinhalte zu speichern oder wiederzugeben.
- Betroffene können erlebte Inhalte aus der eigenen Vergangenheit nicht verarbeiten, erkennen oder wiedergeben.
- Lücken im Gedächtnis werden zum Teil mit erfundenen Geschichten aufgefüllt, die Betroffenen begreifen den Verlust der Erinnerungen nicht, häufig gehen Teilnahmslosigkeit und die Verwendung bedeutungsloser Inhalte in der Sprache mit einher.

Das Korsakow-Syndrom wird zurückgeführt auf eine teilweise Zerstörung des Zwischenhirns und eines Teils des Gehirns, das das limbische System genannt wird. Zwar können bei Lernprozessen motorische Fähigkeiten noch nach Wochen wiedergegeben werden, die Speicherfähigkeit von kontextgebundenen Inhalten scheint jedoch nach wenigen Minuten erschöpft zu sein und eben Gelerntes wird binnen weniger Minuten wieder vergessen.