

MAGAZIN FÜR WEIN & GESUNDHEIT

# Vinomed

Für ein längeres  
und besseres Leben:  
Weingenießer haben  
gute Karten

Hochwirksame  
Weißwein-Phenole  
gegen Stress und  
Entzündung

Der Wein und die  
„richtigen Gene“:  
Deutlich  
weniger Infarkte!

Der Wein als Muse:  
Dichterischer Kreativität  
zu höchstem Glanz  
verholfen

**Beilage zu Der Kassenarzt**

April  
2002

10

## Vinomed

## Herausgeber

DWA Deutsche Weinakademie  
GmbH

Verlag systemed GmbH  
Kastanienstr. 10  
44534 Lünen  
Telefon 02306-63934  
Fax 02306-61460  
E-Mail [nigge@systemed.de](mailto:nigge@systemed.de)

## Redaktion

Hans-Jürgen Richter  
(v.i.S.d.P.)

Druck Druckhaus Dierichs  
Akzidenz GmbH & Co KG, Kassel

Die redaktionellen Texte basieren auf Informationen, die wir als zuverlässig ansehen. Eine Haftung ist jedoch ausgeschlossen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

## Titelbild

Wein und Kunst gehören zusammen

## ANTWORTFAX

An die DEUTSCHE  
WEINAKADEMIE  
**06131/282950**

Bitte senden Sie mir Infomaterial zu!

Folgende Themen würden mich besonders interessieren:

.....  
.....  
.....  
.....

Vinomed gefällt mir!

Senden Sie Infomaterial und weitere Ausgaben an:

.....  
.....  
.....

## Herzschutz mäßigen Weinkonsums Mit den „richtigen Genen“ deutlich weniger Infarkte!

Zwar senkt mäßiger aber regelmäßiger Alkohol- bzw. Weingenuß das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, generell in der breiten Bevölkerung nicht unbeträglich, wie durch zahlreiche große Studien unter Beweis gestellt ist. Menschen aber, die von ihren Genen her den Alkohol relativ langsam im Körper abbauen, profitieren ganz besonders: Bei ihnen liegt das Herzinfarktrisiko – entsprechenden Konsum vorausgesetzt – gar um über 80 Prozent niedriger, wie eine aktuelle, jetzt im renommierten Fachblatt „New England Journal of Medicine“ publizierte Studie zeigt.

### Trinkverhalten, Herzinfarkte und Erbmuster studiert

Amerikanische Wissenschaftler haben ein Gen isoliert, dessen Träger aus der schützenden Wirkung gemäßigten Alkoholkonsums gegen Erkrankungen der Herzkranzgefäße besonderen Nutzen ziehen. Basis der Untersuchung ist die große „Physicians' Health Study“, die in den 80er Jahren gestartet wurde und das Trinkverhalten männlicher Ärzte, die damals zwischen 40 und 84 Jahren alt waren, genau protokollierte.

12 Jahre später nun wurden die 396 Männer genauer untersucht, die in der Zwischenzeit einen Herzinfarkt erlitten hatten. Insbesondere interessierten sich die Forscher an der berühmten Harvard

Medical School in Boston/Massachusetts für deren genetische Ausstattung, also die Erbanlagen, die Ergebnisse wurden mit denen nach dem Zufallsprinzip ausgewählter, gesunder Kontrollpersonen verglichen. Vor allem standen hierbei die Gene im Blickpunkt, die die sogenannte Alkoholdehydrogenase (Type ADH3) produzieren und damit einen bestimmten Typ des Enzyms ADH, welches Alkohol im Körper abbaut und zur Ausscheidung verhilft. Dieses Enzym steht dem menschlichen Körper in zwei verschiedenen Genotypen zur Verfügung – das eine davon baut den Alkohol zweimal schneller ab als das andere.

### „Langsame Gene“ reduzierten das Risiko nochmals deutlich

Da jede menschliche Zelle zwei Kopien von jedem ihrer Gene – jeweils eine vom Vater und eine von der Mutter – enthält, sind grundsätzlich drei Genkombinationen für die ADH3-Produktion möglich: Mit zwei Genen für das schnelle abbauende Enzym, mit ebenfalls zweien für das „langsame“ und einer Mischung aus den beiden verschiedenen Genen. Grundsätzlich war bei allen drei Genvarianten mäßiger Alkoholkonsum mit einem niedrigeren Herzinfarktrisiko verbunden, wie die amerikanischen Wissenschaftler in Übereinstimmung mit den Ergebnissen

vorheriger Studien konstatieren konnten. Dennoch gab es wesentliche Unterschiede zwischen den drei Gruppen:

- Bei den Männern, die zwei Kopien des „schnellen Gens“ hatten und mindestens einen Drink (entspricht in den USA 12 g Alkohol) pro Tag konsumierten, war die Wahrscheinlichkeit eines Myokardinfarkts um 40 Prozent geringer als bei denen, die weniger als einen Drink wöchentlich zu sich nahmen.
- Männer mit zwei Kopien des „langsamen Gens“ aber wiesen unter diesen Kautelen gar eine über 80prozentige Reduktion des Herzinfarktrisikos auf.

Eine ähnliche Studie bei Frauen führte zu vergleichbaren Ergebnissen. Die US-Forscher schließen daraus, dass bei einer genetischen Prädisposition (Veranlagung) zum relativ langsamen Abbau von Alkohol im Körper der Nutzen eines mäßigen, aber regelmäßigen Genusses von Alkoholika auf das Herz-Kreislauf-System – allem voran Wein – noch weit größer ist.

Grundsätzlich aber hat, was auch diese genetische Studie bestätigt, der mäßige Alkoholkonsum einen echten, kausalen (ursächlichen) Effekt, was die Verminderung des Risikos für Herzerkrankungen betrifft.

Quelle:

Hines, L. M. et al.:  
New England Journal  
of Medicine,  
344 (2001), 549 – 555

## Wein gegen Krebs?

Zwei große prospektive Studien aus Dänemark und Frankreich haben in jüngster Zeit für Aufsehen gesorgt: Sie zeigen übereinstimmend, dass Weinliebhaber bei moderatem Genuss ein niedrigeres Krebsrisiko aufweisen als Abstinente (siehe auch Seite 5). Beide Studien bestätigen jedoch ein dosisabhängig ansteigendes Krebsrisiko für Bier- und Spirituosentrinker. Diese Daten widersprechen einigen exponierten Wissenschaftlern in Deutschland, die seit Jahren unbeirrt gerade auch vor jedem Gläschen Wein wegen des angeblich „hohen Krebsrisikos“ warnen.

Tatsächlich ist Alkohol nicht krebserregend, wohl aber Acetaldehyd, das Abbauprodukt im Körper, so dass man ein Krebsrisiko mit steigender Dosis erwarten kann. Wie also erklären sich dann diese günstigen Ergebnisse für Weintrinker? Epidemiologische Studien können keine Kausalität darstellen. So bleibt viel Raum für Spekulation: Da wären zum einen die Polyphenole im Wein. Einige haben sich im Tierversiment tatsächlich als krebshemmend erwiesen! Und auf der anderen Seite ist da der Weintrinker selbst. Für Dänemark wurde kürzlich belegt, dass dort Weintrinker aus einer höheren Sozialschicht stammen, die bessere Bildung genossen haben und einen höheren IQ haben als Bier- und Spirituosliebhaber. Schützen sich Weintrinker also möglicherweise durch ihren gesundheitsbewussteren Lebensstil vor Krebs? Wie dem auch sei – eine Botschaft dieser Studien ist ebenso beruhigend wie unanfechtbar: Auch wenn der Wein selbst nicht für die protektiven Effekte verantwortlich sein sollte – er schadet aber ganz offensichtlich nicht, solange man den Genuss von ein oder zwei Gläsern Wein am Tag in einen allgemein gesundheitsbewussten Lebensstil einbettet.

**Ihr  
Dr. Nicolai Worm**

## Für ein längeres und besseres Leben Weingenießer haben gute Karten!

**HOHENHEIM** – Weingenießer weisen nicht nur die bessere Lebensqualität, sondern auch eine höhere Lebenserwartung auf. Diese „frohe Botschaft“ – wer hört sie nicht gerne? – wird durch immer mehr wissenschaftliche Studien mit eindeutigen, konfirmierenden Ergebnissen bestätigt. Was aber macht diese Präventionseffekte mäßigen, aber regelmäßigen Weinkonsums aus, die vor allem – aber nicht nur – das Herz-Kreislauf-System betreffen und so zum Beispiel auch dem Diabetiker zugute kommen? Welche Rolle spielen hierbei die besonderen Inhaltsstoffe des Rebensaftes, welche speziell der Alkohol? Und, nicht weniger wichtig: Wo hört der

gesunde Genuss auf, wo beginnt das individuelle Risiko? Die so aktuelle, gleichwohl sensible Thematik wurde im Rahmen des internationalen Symposiums „Wein und Wissenschaft – zwischen gesundem Genuss und Risiko“ an der Stuttgarter Traditions-Universität Hohenheim diskutiert. Mit über 120 Teilnehmern – vorwiegend Ärzten – war das Interesse an der hochkarätig besetzten Veranstaltung erwartungsgemäß groß. Zu dieser hatte das Hohenheimer Institut für Biologische Chemie und Ernährungswissenschaft zusammen mit der Deutschen Weinakademie (DWA) eingeladen.

Vive la difference, was die verschiedenen Alkoholika betrifft. In den speziellen Inhaltsstoffen des Weins, besonders den antioxidativ wirksamen Polyphenolen und Bioflavonoiden, sieht Professor Bernd Krönig aus Trier einen „Schlüssel zur Erklärung der in besonderer Weise gesundheitlich günstigen Effekte eines moderaten Weinkonsums“. Oxidative Vorgänge und eine damit verbundene, verstärkte Bildung der schädlichen freien Radikale sind in unserem Organismus nicht

nur generell an den Alterungsprozessen, sondern auch an der Entwicklung und Progression (Voranschreiten) verschiedenster Krankheitszustände wesentlich beteiligt: Von Entzündungen und Immunstörungen über die Krebs- und Kataraktentstehung (Altersstar am Auge) bis hin zur Arteriosklerose und Morbus Alzheimer. Der präventive und therapeutische, multifaktorielle Ansatzpunkt von Wein-Ingredienten wie Quercetin, Katechin und Resveratrol reicht von–

▶ antientzündlichen, den Cyclooxygenase-Pathway und somit rheumatische Prozesse hemmenden Eigenschaften sowie  
▶ antineoplastischen, bösartige Neubildungen von Zellen verhin­dernden Effekten über einen  
▶ spezifischen Schutz des für arteriosklerotische Prozesse so anfälligen Gefäßendothels (Gefäßinnenhaut) und  
▶ die Hemmung der Bildung gefäßverengender Thromboxane bzw. einer Ver-

meidung infarkt­fördernder Verklumpungen von Blutplättchen bis hin zur  
▶ Senkung der für die Diabetesentstehung und Aggravation (Verschärfung) dieser so weit verbreiteten Zivilisationskrankheit entscheidenden Insulinresistenz.

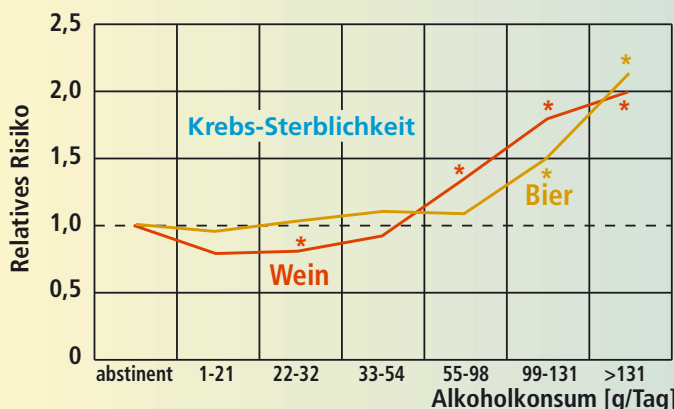
### Wein: Gut für Körper, Geist und Psyche

Nicht durch Alkohol allein, sondern vor allem auch durch die im Wein enthaltenen Stoffe Quercetin und Tanninsäure kommt es zu einer NO- (=Stickstoffmonoxid) vermittelten Gefäßerweiterung und damit zu weiteren positiven Effekten, die – auf natürliche Weise! – mit denen bestimmter (Herz-)medikamente vergleichbar sind. Den gesundheitlichen Wert mäßigen, aber regelmäßigen Weingenusses schätzt Internist Krönig auch aus psychometaler (psychisch-geistiger) Sicht hoch ein (siehe dazu auch den VINOMED-Kulturteil ab Seite 6 dieser Ausgabe): Dies im Sinne „der positiven Lebenseinstellung, die depressiven Leiden und einem Kom-



*Maßvoller Weingenuss vermag nicht nur physische, sondern auch psychische Kräfte zu wecken - Professor Bernd Krönig (Trier)*

penzverlust als krankheitsfördernden Komponenten gerade im Alter entgegenwirkt“. Aber auch schon in jungen Jahren vermag moderater Weinkonsum nicht nur physische, sondern auch psychische Kräfte zu wecken bzw. entsprechende Gesundheitsstörungen einzudämmen. Das geht unter anderem aus einer von Krönig zitierten großen, vergleichenden 10-Jahres-Beobachtung (Power et al.) an 9 605 Personen im 23. bzw. 33. Lebensjahr anhand der hier im Verlauf dokumentierten chronischen Erkrankungen und des Stressverhaltens hervor.



*Abbildung 1: Krebssterblichkeit anhand der Nancy-Studie bei 34 000 Männern mit einem Follow up (Beobachtungszeit) von 12 bis 18 Jahren: Überwiegende Weintrinker weisen sowohl gegenüber Abstinente(n) (Referenzwert 1 des relativen Risikos) als auch Bierkonsumenten die deutlich „günstigere Kurve“ auf (nach S. C. Renaud et al.: Arch Intern Med 159 (1999), 1865 - 1870)*



*Auch was das Karzinomrisiko betrifft, stehen moderate Weintrinker besser da – Professor Serge Renaud (Bordeaux)*

### Gesunder Lebensstil nach Geschmack der Fitnesspápste

Eine ganz aktuelle, in der renommierten Fachzeitschrift „Stroke“ (32, 2001, 77) publizierte Untersuchung von Malarcher et al. befasste sich, wie Professor Krönig in Hohenheim berichtete, speziell mit dem Hirninfarktisiko bei jungen Frauen. Anhand retrospektiver (rückblickender) Befragungen von insgesamt 616 Patientinnen nach erstem Hirninfarkt an 59 Krankenhäusern in den Vereinigten Staaten kommt diese zu folgendem, bemerkenswerten Ergebnis: Bei einer täglichen Weinzufuhr von 0,15 bis 0,30 Litern ergab sich das mit Abstand geringste Schlaganfallrisiko – dies nicht nur gegenüber höheren Mengen, sondern auch im Vergleich zu einem geringeren Konsum bzw. zu den Abstinenzlerinnen. Erklärung hierfür sind wohl primär die besseren Gerinnungseigenschaften des Blutes. Guter Wein gehört zu einem gesunden, mediterran orientierten

Lebensstil mit viel Obst und Gemüse – fünfmal am Tag in kleineren Portionen! – einfach dazu, wie er heute – so Krönig – von den medizinischen Fachleuten und Fitnesspápsten gefordert wird.

### Resveratrol: Wirkt wie ein moderner COX-Hemmer

Neue Forschungen um den Wein und dessen hochinteressante Bestandteile führen immer wieder zu Ergebnissen, die uns aufhorchen und teils erstaunen lassen. So hat sich zum Beispiel nicht nur gezeigt, dass das im Wein in Konzentrationen von bis zu 10,5 mg pro Liter (Creasy et al.) enthaltene Resveratrol antioxidative „Radikalfängereigenschaften“ aufweist, die Fließeigenschaften des Blutes und die Blutfette günstig beeinflusst sowie der Tumorentstehung Paroli bietet (Gusman et al.). Speziell das in bestimmten Traubensorten besonders reichlich vorhandene Trans-Resveratrol wirkt, wie experimentell gezeigt werden konnte, relaxierend auf HerzkranzgefäÙe und antiarrhythmisch (gegen Herzrhythmusstörungen). Wie sich in vitro - im Labor - herausstellte, ist der Naturstoff Resveratrol zudem ein potenter, bestens verträglicher COX-1/COX-2-Inhibitor auf der Arachidonsäure-Prostaglandin-Schiene, er wirkt damit entzündlichen, arthritischen bzw. rheumatischen Prozessen entgegen. Diese Wirkweise entspricht vom Prinzip her exakt der modernster, magenschonender Antirheumatika, wie Priv.-Dozent Dr. Peter Weber aus Basel berichtete.

### Nicht nur wegen des Herzens: Weintrinker leben länger

Es ist aber nicht nur die Lebensqualität, die der Wein so fördert. Den anderen, großen Benefit für WeingenieÙer brachte der „geistige Vater“ des „Französischen Paradoxons“, Professor Serge Renaud aus Bordeaux, auf der Basis umfangreicher epidemiologischer Studien auf den Punkt: „Es scheint eine Tatsache zu sein, dass Personen mittleren Alters und sogar ältere Menschen, die Wein in MaÙen genießen, eine höhere Lebenserwartung als Abstinenzler haben.“ Bei moderatem Konsum, den der französische Forscher mit täglich zwei bis vier Gläsern für Männer und einem bis zwei Gläsern für Frauen ansetzt, könne mit einer allgemeinen Senkung des Sterblichkeitsrisikos von 30 bis 40 Prozent gerechnet werden. Moderater Alkoholkonsum senkte das Herzinfarktisiko um bis zu

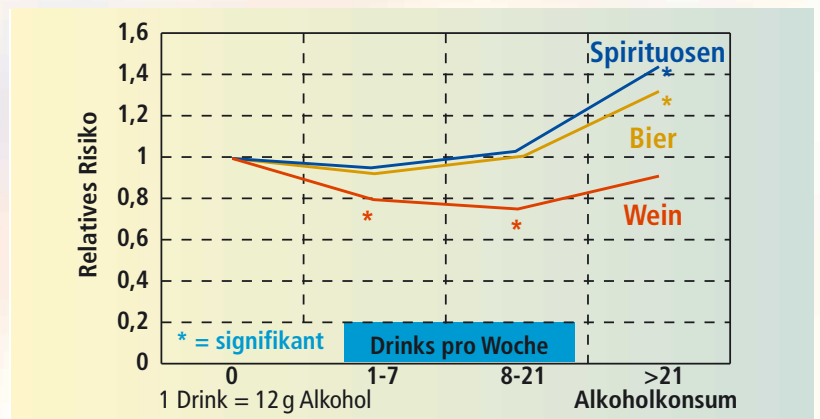
32 Prozent, wie aus einer von Renaud zitierten aktuellen, in der international renommierten Fachzeitschrift JAMA (285 (2001), 1965) veröffentlichten Studie von Mukamal et al. an 1 913 Patienten hervorgeht. Desgleichen reduzierte sich das relative Risiko, eine Herzinsuffizienz zu entwickeln, anhand einer prospektiven, ebenfalls in JAMA publizierten Untersuchung von Abramson et al. (285 (2001), 1971) bei insgesamt 2 235 Probanden im mittleren Alter von knapp 74 Jahren gegenüber Nicht-Trinkern um nicht weniger als 47 Prozent. Renauds Nancy-Studie an 34 000 Männern überraschte zudem mit dem Ergebnis, dass WeingenieÙer in MaÙen nicht nur hinsichtlich des Herz-Kreislauf-Benefits profitieren, sondern sogar auch eine signifikant geringere, gegenüber Abstinenten um 22 Prozent verminderte Krebssterblichkeit aufweisen (Abbildung 1). Diese ist weinspezifisch, denn sie unterscheidet sich von der überwiegenden Biertrinker deutlich.



*Wenn sich unter mäßi-gem, aber regelmäßigem Weingenuss rheumatische Beschwerden bessern, dürfte das am speziellen Inhaltsstoff Resveratrol liegen – Priv.-Dozent Dr. Peter Weber (Basel)*

### Genuss in MaÙen muss Programm sein

Mit den Analysedaten der großen „Copenhagen City Heart Study“ (Kopenhagen Herz-Studie), die den Einfluss des Alkohols getrennt nach Wein-, Bier und Spirituosenkonsum analysierte, geht das konform. Deren Initiator, der dänische Präventionsexperte Professor Morten Groenbaek,



*Abbildung 2: Ebenfalls typische, U-förmige Beziehung zwischen der Alkoholaufnahme und der daraus resultierenden Gesamtsterblichkeit: Wie die große Langzeit-Beobachtungsstudie an 24 832 Probanden im Großraum Kopenhagen zeigt, ergibt sich hierbei nur für den WeingenieÙer – und nicht für die Konsumenten anderer Alkoholika - eine deutliche Absenkung des relativen Risikos (nach M. Groenbaek et al.: Ann Intern Med 133 (2000), 411 – 419)*



*Weintrinker optimieren die antioxidative Kapazität ihres Blutes – Professor Hans Konrad Biesalski (Hohenheim)*

bestätigte in diesem Zusammenhang auf dem Hohenheim-Meeting die spezielle Bedeutung der Wein-Inhaltsstoffe, welche die günstigen Effekte kleinerer Alkoholmengen entscheidend erhöhen können. Die Beziehung zwischen dem Weinkonsum und der Mortalität (Sterblichkeit) im Allgemeinen sowie der Herz-Kreislauf-Sterblichkeit im Besonderen folgt einer U- bzw. J-Kurve. Im Klartext heißt das, dass moderate Trinker – und ganz besonders die Weintrinker

unter ihnen – ein geringeres Sterbe- bzw. Erkrankungsrisiko als Abstinenzler und übermäßige Alkohol-Konsumenten aufweisen. Die an einem Gesamtkollektiv von inzwischen 24 832 Männern und Frauen bei einer Beobachtungszeit von bis zu 18 Jahren erhobenen Daten bestätigen die französischen Ergebnisse um S. Renaud, dass nicht nur die Gesamt- und Herz-Kreislauf-Sterblichkeit, sondern auch die Mortalität an Krebserkrankungen bei Personen mit mäßig-regelmäßigem Weinkonsum gegenüber Abstinenten deutlich niedriger liegt (Abbildungen 2 und 3). Selbst bei übermäßig-exzessiver Zufuhr von täglich mehr als fünf „Drinks“ Wein, was einer Alkoholaufnahme von über 60 Gramm pro Tag entsprach (und keineswegs zu befürworten ist!), registrierte Groenbaek eine im Vergleich zu Abstinenten herabgesetzte Gesamtsterblichkeit. Bei Biertrinkern und besonders den Konsumenten „harter Alkoholika“ stieg die Mortalitätskurve bereits bei mehr als drei



*Moderate Trinker haben ein geringeres Sterbe- bzw. Erkrankungsrisiko – Professor Morten Groenbaek (Kopenhagen)*

„Drinks“ bzw. über 36 Gramm Alkohol pro Tag an.

### Aber: Vorsicht vor allzu pauschalen Empfehlungen

Groenbaeks epidemiologische Forschungsergebnisse, die mit einer Vielzahl prospektiver Studien aus aller Welt konform gehen, finden in der Grundlagenforschung ihre eindrucksvolle Bestätigung bzw. Erklärung, wie Professor Hans Konrad Biesalski von der Universität Hohenheim anhand

einer kürzlich von ihm durchgeführten Untersuchung mit methodischem Pioniercharakter darlegte. Hierbei wurde die Wirkung verschiedener Weinsorten bzw. reinen Ethanols auf die Zellintegrität an Endothelzellen menschlicher Blutgefäße gemessen, die mit menschlichem Serum nach entsprechendem Konsum inkubiert wurden. Quod erat demonstrandum (Was zu beweisen war): Die Weintrinker – und nur diese – optimierten die antioxidative, gegen schädliche freie Radikale gerichtete Kapazität ihres Blutes. Trotzdem rät Professor Helmut K. Seitz aus Heidelberg vor allzu pauschalen Empfehlungen hinsichtlich eines ratsamen Alkoholkonsums ab: Zu unterschiedlich ist nach seinen Worten das individuelle, unter anderem durch die Vererbung festgelegte Risiko für alkoholbedingte Organschädigungen. So sei dieses zum Beispiel von verschiedenen Genmustern bzw. ADH-Polymorphismen für den Alkoholstoffwechsel (unterschiedliche Art und Weise, wie der Alkohol beim Einzelnen abgebaut wird) abhängig. Begrenzende Faktoren für den Alkoholkonsum seien – neben Erkrankungen wie der Hepatitis B und C – etwa auch langanhaltende Belastungen für die Leber, denen manche Menschen am Arbeitsplatz ausgesetzt sind.

Am besten zu einer guten Mahlzeit genießen

All das ist zu beachten, damit Wein – ohne freilich Medizin im eigentlichen Sinne zu sein – seine heilsamen Wirkungen entfalten



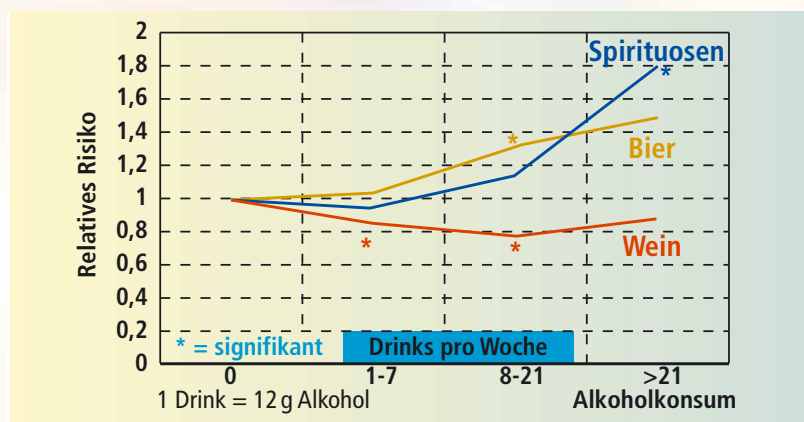
*Trotzdem auf das individuelle, auch genetisch determinierte Risiko achten – Professor Helmut K. Seitz (Heidelberg)*

kann. Am besten solle er zu einer guten Mahlzeit genossen werden, wie Professor Renaud rät: Als Franzose pflegt der Professor natürlich auch selbst, da geht er mit gutem Beispiel voran, den gesunden mediterranen Lebensstil.

### VINOMED FÜR IHRE PRAXIS

Möchten Sie Ihrem Patienten die Zeit im Wartezimmer verkürzen? Versuchen Sie es einmal damit, ihm **Vinomed** zum Lesen anzubieten. Wenn Sie unser Magazin in Ihrer Praxis auslegen möchten, können Sie die bereits erschienenen Ausgaben **Vinomed** (1 bis 9) gerne bei uns beziehen:

**Deutsche Weinakademie**  
**Gutenbergplatz 3-5**  
**55116 Mainz ·**  
**Tel: 06131/282948**  
**Fax 06131/282950**



*Abbildung 3: Auch die Daten der Copenhagen Heart Study erweisen, wie der Wein in mäßigen Dosen selbst die Krebssterblichkeit günstig beeinflusst. Dagegen geben die relativen Risiken bei Bier- und besonders Spirituosenkonsum im Vergleich zu abstinenter Lebensweise hier weit eher nach oben (nach M. Groenbaek et al.: Ann Intern Med 133 (2000), 411 - 419)*



Dichterischer Kreativität zu höchstem  
Glanz verholfen

## Der Wein als Muse

„Kein Wassertrinker, wenn wir dem Horaz glauben, hat jemals ein unsterbliches Gedicht gemacht“: 2000 Jahre Weinkultur haben unsere großen Dichter beflügelt, wie der Wein- und Literaturexperte Professor Hans-Jörg Koch aus Wörrstadt bei Mainz in seinem neuesten, von der Deutschen Weinakademie (DWA) geförderten Buch „Die Muse Wein - zwischen Rausch und Kreativität“ eindrucksvoll belegt. Anhand 22 weinbiographischer Portraits hat Koch ein originelles Mosaik lebendiger Weinkultur kreiert, das beweist, dass der „Stoff ohne Reue“ der Poeten guter Geist, Tröster, Freudenbringer, Förderer sozialer Kontakte und Geburtshelfer der Phantasie aller Facetten ist.

Im Trockenem kann der Geist nicht wohnen“: Dieses dem heiligen Antonius zugeschriebene Wort, inzwischen auch Wahlspruch des ersten Sächsischen Weinkonventes, hat von der Antike bis heute seine Gültigkeit immer wieder unter Beweis gestellt. In welchem Umfang regelmäßiger Weingenuss Phantasie und schöpferisches Denken anzuregen vermag, lässt sich unter wissenschaftlich-statistischen Kautelen natürlich nicht exakt erfassen oder gar nachweisen. „Aber viele Dich-

ter und Künstler haben solche Ursächlichkeit lebhaft bestätigt“, wofür Professor Koch in seinem Buch prägnante biographische Zeugnisse abliefert. „Wein und in Lettern gegossener Geist“ sind schließlich eng verknüpft, was nach Meinung eines bedeutenden Gutenberg-Experten auch an der Straßburger Buchdruckpresse des Meisters deutlich werde: Diese habe der Erfinder der Buchdruckkunst der Weinpresse nachgebaut, „aus einer Vorrichtung zur Herstellung von Wein wurde eine Vorrichtung zur Herstellung von Büchern“.

---

„Wein ist zu schade  
für grobes Zechen“

---

Kein anderer Dichter hat sich so eingehend mit dem Thema „Wein und Kreativität“ auseinandergesetzt wie Georg Christoph Lichtenberg. Der Autor der „Sudelbücher“ mit den weltberühmten Aphorismen wusste dabei sehr wohl zwischen „Maß und Unmaß“ zu unterscheiden, wobei ihm das „saulbrüderliche“

Gebaren ausgesprochen zuwider war. Denn: Wein sei zu schade für grobes Zechen, Bier eigne sich dafür wohl eher. Was in der modernen Medizin anhand wissenschaftlicher Studien heute gut belegt ist, blieb Lichtenbergs Einsichten schon im 18. Jahrhundert nicht verborgen: „Saufen schadet der Gesundheit, maßvolles Genießen aber fördert selbige und die geistigen Kräfte“. Wo nichts sei, wo es dem Dichter an eigenen „Naturkräften“ ermangele, könne aber selbst ein Rausch nichts hervorbringen. Der Wein reize zur Wirksamkeit: „Die Guten im Guten, die Bösen im Bösen“. Wissenschaftlich streng geordnet und doch „leichtfüßig“ ist Lichtenbergs vinophile Definition des Begriffs „Trinken“: Unter Trinken (altgriechisch = pinein) verstand er, mit offenen Sinnen und zur guten Stunde einen Zug zu tun, „der mit einer solchen Zauberkraft auf unser Inneres auffällt und alle Seelenkräfte zu einem Freudenfeste versammelt, bei dem die strenge Vernunft Feier-Abend macht“.

## Goethe: Durch Weingenuss in höhere Sphären

„Wo nichts ist, da bringt auch der Wein nichts hervor“, wusste auch Johann Wolfgang von Goethe: „Nur der gestreichte Mann wird vom Weine in höhere Sphären befördert“. Und in diese ließ sich der Geheimrat gerne und oft befördern, wohl wissend um die Gefahren des Missbrauchs. Der Weingenuss machte Goethe frei im Denken, für gute Gedanken, er wusste dessen „produktiv-machende Kräfte sehr bedeutender Art“ zu schätzen und für sein dichterisches Schaffen zu nutzen. Selbst mit dem Weinrausch verstand er es, kreativ umzugehen: „Andre verschlafen ihren Rausch, meiner steht auf dem Papiere“. Was seine Gesundheit betraf, vertraute Goethe – zur Kur in Marienbad oder Karlsbad – eher dem guten Wein als dem Heilwasser: Etwa 60 Liter, „ein Eimer“ nach damaligem Maß, war sein probates Quantum pro Kuraufenthalt.

## Schiller und die Vorteile mediterraner Kostformen

Auch dem anderen unserer beiden Dichturfürsten, Friedrich von Schiller, blieben die engen Zusammenhänge zwischen Wein, Gesundheit und dichterischer Kreativität keineswegs verborgen: So bedankte er sich bei seinem Stuttgarter Verleger Cotta für ein Weinpräsent geradezu überschwänglich: „Solch fürsorgliche, um die Gesundheit ihrer Autoren besorgte Verleger dieser Art sind selten geworden!“ Der Wein war für Schiller nicht nur „Anreger, der Menschen nicht verändert, aber ihre Identität bekennen lässt“. Der studierte Medicus – „er hat nie viel getrunken, er war mäßig“ (Goethe) – wusste auch sehr wohl um die gesundheitsfördernden Wirkungen des Rebensafts. Heutiges gesichertes Wissen um die Vorteile der mediterranen Kostform antizipierend, schrieb er an seinen Dichterfreund Christian Gottfried Körner in Sorge um dessen Wohlbefinden: „Ich wollte,

dass Du mehr Vegetabilien in Deine Diät mischtest und über Tische immer ein bis zwei Gläser Wein tränktest, um Deine Circulation frischer und leichter zu machen.“

## E. T. A. Hoffmann: Ein Genie verlor das rechte Maß

Auch der als Jean Paul bekannte Johann Paul Friedrich Richter war kein Freund unmäßigen Zechens. Wein, moderat genossen, war für ihn sowohl Stimulans als auch „Kur- und Essmittel“. Was die Wirkungen des Weins auf Kreativität und Schaffenskraft betrifft, so äußerte sich Jean Paul ganz im Geiste Lichtenbergs und Goethes: „Der Wein wirkt stärkend auf den Geisteszustand, den er vorfindet, er macht die Dummen dümmer, die Klugen klüger.“ Auch E. T. A. Hoffmann war „ein Kenner des inneren Wertes und Wesens der Weine“, der auf den tieferen Zusammenhang zwischen Weingenuss und schöpferischem Schaffen hinwies. Bier lehnte der geistige Vater des „Kater Murr“ als „geist- und seelenloses Getränk“ ab. „Der Mensch gießt Wein auf, und das Getriebe im Innern dreht sich rascher“, so Hoffmann über sein künstlerisches Agens. Als der romantische Genius in seinem bunten Leben später dann trank, um das „Missverhältnis des inneren Gemüts mit dem Außenleben“ auszugleichen, hatte ein Genie das rechte Maß verloren.

## Heibel: Weinkultur zur Optimierung der Lebensqualität

Von seinem Onkel, dem Arzt Simon von Geldern, lernte Heinrich Heine, was für den Umgang mit dem Wein nötig war. Selbst „quantitativ“ entwickelte er „eine gewisse Fertigkeit“. „Ich kann viel vertragen. Die Bescheidenheit erlaubt mir nicht, die Bou-teillenzahl zu nennen...“ Vom Dichter wird berichtet, dass beim Glase edlen Rhein- oder Moselweins „sein Geist immer feuriger, seine Zunge immer beredter“ wurden, „und Funken des Esprits, des Witzes und der drolligsten Einfälle sprühten aus seinem Kelchglase“. Auch Friedrich Heibel, wenngleich in Holstein geboren, entwickelte ein „freundschaftliches Verhältnis“ zum Wein. In Wien vermerkte er 1851 in seinem Tagebuch, dass er sich be-rauscht fühle „bei dem bloßen Gedanken daran, dass es Wein gibt“. Der Dichter pflegte eine Weinkultur als die „Fähigkeit, maßvoll mit dem Wein zu leben, von ihm eine optimale Steigerung der Lebensqualität zu empfangen“. In fröhlicher Weirunde taute auch der „sonst so schweigsame“ Gottfried Keller auf, „erzählte und plauderte zu aller Ergötzen“. Keller war sein Leben lang ein passionierter Freund des Weins, dem er hohe Wertschätzung entgegenbrachte. Auch Arnold Böcklin wußte – bei aller Trinkfestigkeit – „gute Tropfen sehr wohl zu schätzen“: „Woheraus soll man heutzutage zum künstlerischen Schaffen angeregt werden?... Wodurch einmal heller sehen, freudiger, leichter sich aussprechen? Da bleibt nur der Wein. Der allein ist ein wirklicher Genuss, er erhebt uns erst zum Menschen...“



*Maßvoller Weingenuss fördert die Gesundheit und die kreativen Kräfte – der „beitere Weingenießer“ Georg Lichtenberg*



*„Der Geist immer feuriger, bis Funken des Esprits sprühen“ – Heinrich Heine mit seinem Verleger Julius Campe in weinfröhlicher Runde*



*„Ein Weingenießer comme il faut“ – Wilhelm Busch, weinlaunig und zufrieden im Selbstbildnis*



*„Symbiose von Phantasie, schöpferischem Tun und Wein“ – Der den Wein „künstlerisch und weise liebende“ Hermann Hesse*



„Wodurch einmal heller sehen, freudiger, leichter sich aussprechen?“ – Die großen Schweizer Böcklin und Keller am Zürichsee beim Wein

„Frei im Denken, frei für gute Gedanken“ – Burgunderflasche aus Goethes Besitz



### Hermann Hesse: Zeitlebens mit dem Wein vertraut

„Rotwein ist für alte Knaben eine von den besten Gaben“: Dieser Reim des dichtenden Zeichners und Weltweisen Wilhelm Busch ist fast jedermann geläufig. Sein Verleger Otto Bassermann, den Busch 1854 während seines Studiums in München kennengelernt hatte, versorgte ihn mit den edelsten rheinhessischen Kreszenzen aus dem Deidesheimer Weingut seines Bruders, Emil Bassermann-Jordan. Auf seinem berühmten Selbstbildnis zeigt sich Busch, „Weingenießer comme il faut“, spitzbübisch lächelnd mit einem Weinglas in der rechten Hand, weinlaunig und zufrieden. Wer würde dagegen hinter dem „aristokratisch-unnahbar schauenden, freudlos wirkenden, zuchtvollen Dichter“ Stefan George

einen Weinliebhaber vermutet haben? Der entrückte Künstler war das sehr wohl, und zumindest in seiner Heimat Büdesheim bei Bingen - wo das Porträt Georges einen geschnitzten Faßboden im Weinkeller des Hildegardishofes schmückt - weiß man das sehr gut. Auch Hermann Hesse, der Autor des „Steppenwolfes“ und des „Glasperlenspiels“, war zeitlebens mit dem Wein vertraut – in seiner schwäbischen Geburtsheimat wie später in der Wahlheimat Tessin. Bereits in seinem ersten Roman aus dem Jahre 1904 – „Peter Camenzind“ – deutete Hesse „die Symbiose von Phantasie, schöpferischem Tun und Wein“ an. Letzteren pflegte er „künstlerisch und weise zu lieben und zu genießen“.

### Das Weinglas als „Tintenfass des Poeten“

Wenige Dichter haben so intensiv „mit dem Wein gelebt“, ihn nicht nur getrunken und in Prosa oder Poesie gepriesen, sondern ihn auch von ganzem Herzen verehrt wie Carl Zuckmayer. Durch den „Fröhlichen Weinberg“ hat er sich, für den Trinken etwas Mystisches war, in einem einzigartigen deutschen Weinschauspiel verewigt. Für Joachim Ringelnatz gar avancierte das Weinglas „zum Tintenfaß des Poeten“: So zeigt die Frontispiz-Zeichnung der „Matrosengedichte“ einen typischen Weinrömer, der auf einem von zwei Figuren umgebenen Podest mit dem Konterfei des Dichters steht. Mit dem Kiel taucht die Schreibfeder in das Glas hinein, um sich von der Muse Wein inspirieren zu lassen.



Fruchtbare Wechselwirkung zwischen Wein und Kreativität anhand des dichterischen Schaffens unserer großen Meister in einem wirklich lesenswerten Buch dokumentiert – Professor Hans-Jörg Koch (Wörrstadt)

## Hochwirksame Weißwein-Phenole gegen Stress und Entzündung

Zwar enthält Rotwein rein von der Menge her mehr Polyphenole. Im Weißwein aber sind besonders wirkungsvolle Vertreter dieser für unsere Gesundheit so „heilsamen“ Stoffgruppe enthalten, wie ein internationales Forschungsprojekt der Universitäten von Mailand und Pisa, der Forschungsanstalt Geisenheim sowie der Deutschen Weinakademie (DWA) jetzt erwies. Wie dessen Leiter, Dr. Alberto Berelli (Mailand) auf einer Pressekonferenz des neuen Studien- und Infozentrums der DWA in Bad Neuenahr-Ahrweiler berichtete, entdeckte man in den untersuchten Weißweinen – drei aus Italien, vier aus Deutschland – mit dem Tyrosol und der Kaffeesäure just die Substanzen, die auch im Olivenöl vorhanden sind und die so eng mit den gesundheitlichen Vorteilen eines mediterranen Lebensstils verknüpft werden.

### Nachweislicher Schutz vor freien Radikalen

Die Forscher inkubierten menschliche Blutzellen – sogenannte Monozyten – mit Bakterien und behandelten sie danach mit verschiedenen Dosen von Tyrosol und Kaffeesäure. In anschließenden immunreaktiven Tests wurden mit den Zytokinen verschiedene, über die Bakterien stimulierte und für Entzündungsreaktionen typische Substanzen in Form von Interleukin 1-Beta, Interleukin 6 und dem Tumor-Nekrose-Faktor Alpha gemessen. Eindrucksvolles Ergebnis: Beide Weißweinkomponenten wiesen eindrucksvolle antioxidative Effekte bzw. Radikalfängereigenschaften auf und hemmten anhand der speziellen immunreaktiven Tests die

hier induzierten Entzündungsreaktionen deutlich - und das bereits in Konzentrationen im nanomolekularen Bereich. Conclusio Bertellis: „Die Konzentrationsbereiche von Tyrosol und Kaffeesäure, bei denen wir eine signifikante Wirkung gegen oxidativen Stress und Entzündungsreaktionen bzw. gegen die hier induzierten Zytokine messen konnten, sind die gleichen, die nach moderatem Weinkonsum im Blut gefunden werden.“ Den „nichtalkoholischen Komponenten“ des Weißweins werden somit „bemerkenswerte Effekte“ in der Stress- und Entzündungsabwehr bescheinigt.

Nähere Informationen:  
[www.deutscheweinakademie.de](http://www.deutscheweinakademie.de)