

PRESSEMITTEILUNG

Hamm, 16. April 2026

DHS Jahrbuch SUCHT 2026

Aktuelle Drogenkonsum-Trends und Suchtverhalten in Deutschland

Jetzt erschienen: Das „DHS Jahrbuch SUCHT 2026“, herausgegeben von der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), berichtet über aktuelle Entwicklungen und Trends zum Konsum von Alkohol, Tabak, Cannabis, illegalen Drogen sowie zu Medikamentenabhängigkeit und Suchtverhalten in Deutschland. Es liefert wissenschaftsbasierte Zahlen, Daten und Fakten, fundierte Analysen und gibt Handlungsempfehlungen für Politik und Gesellschaft. Die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

ALKOHOL

Etwa 69 % der Erwachsenen zwischen 18 und 64 Jahren gaben im Jahr 2024 bei einer wissenschaftlichen Studie an, in den letzten 30 Tagen Alkohol getrunken zu haben. In Deutschland leben aktuellen Schätzungen zufolge 1,7 Millionen Menschen (3 %) im Alter von 18 bis 64 Jahren, bei denen ein Alkoholmissbrauch vorliegt. Weitere 2,16 Millionen Menschen (4 %) sind alkoholabhängig. Fachleute gehen davon aus, dass diese Zahlen die tatsächliche Verbreitung eher unterschätzen.

Gesundheitliche Schäden

„Alkohol ist kein ‚gewöhnliches Genussmittel‘. Jede Phase des Alkoholkonsums – vom gelegentlichen Trinken bis hin zur Abhängigkeit – geht mit einem steigenden Risiko für gesundheitliche Schäden einher. Es gibt keinen gesundheitlich unbedenklichen oder gar gesundheitsförderlichen Konsum“, erklärt Dr. Francesca Borlak, Suchtmedizinerin und Mitautorin des DHS Jahrbuchs SUCHT 2026.

44.000 Todesfälle durch Alkoholkonsum

In Deutschland lassen sich jährlich etwa 44.000 Todesfälle auf Alkoholkonsum zurückführen. Damit zählt Alkohol zu den führenden vermeidbaren Todesursachen. Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) steht Alkohol mit bis zu 200 verschiedenen Krankheiten in Zusammenhang.

7 Millionen alkoholbedingte Krankenhausfälle

Auch das Gesundheitssystem ist erheblich betroffen: Jährlich sind etwa 7 Millionen Krankenhausaufenthalte in Deutschland ganz oder teilweise auf Alkohol zurückzuführen. In der Altersgruppe 20–65 Jahre ist bis zu jeder fünfte Krankenhausfall alkoholbedingt. In der männlichen Bevölkerung gehen etwa 7 % aller vorzeitigen Todesfälle auf Alkoholkonsum zurück. Frauen trinken insgesamt zwar meist weniger Alkohol als Männer, doch diese Lücke verringert sich zunehmend. Bei gleichem Konsumniveau erleiden sie oft schwerere gesundheitliche Schäden.

Alkohol – weniger ist besser

„Wichtig zu wissen: Jedes Glas weniger kann messbare gesundheitliche Vorteile bringen. Am besten für die Gesundheit ist es, gar keinen Alkohol zu trinken“, so Suchtmedizinerin Borlak.

Hoher Pro-Kopf-Alkoholkonsum

Zwischen 2019 und 2024 lag der registrierte Pro-Kopf-Alkoholkonsum (PKA) – berechnet auf Basis der Verkaufs- und Steuerdaten – bei durchschnittlich 10,6 Litern reinem Alkohol pro Jahr. Damit ist der PKA hierzulande nach wie vor höher als der europäische Durchschnitt. Der PKA zeigt, wie viel Reinalkohol jede Person ab einem Alter von 15 Jahren in Deutschland durchschnittlich jährlich trinkt. Dabei werden alle Menschen einbezogen: sowohl diejenigen, die Alkohol trinken, als auch diejenigen, die gar keinen Alkohol trinken.

Große Defizite in der Alkoholpolitik

Im Bereich Alkoholpolitik zeigen sich große Defizite in Deutschland. „Eine systematische Bewertung der Alkoholpolitik in Deutschland und 17 weiteren europäischen Ländern legt den Finger in die Wunde: Deutschland liegt zusammen mit Österreich auf dem vorletzten Platz. Würden hierzulande kosteneffektive **Maßnahmen zur Alkoholkontrolle eingeführt, könnten sowohl der Alkoholkonsum als auch die damit verbundenen Probleme stark sinken**. Um die hohen gesellschaftlichen Kosten des Alkoholkonsums zu reduzieren, müssten vor allem die Verbrauchsteuern auf Alkohol deutlich angehoben und Maßnahmen zur Einschränkung der Verfügbarkeit gestärkt werden. Wir wissen, was wirkt – allerdings haben wir ein großes ungenutztes Potenzial in der Umsetzung geeigneter Maßnahmen“, betont Dr. Carolin Kilian, Public Health Expertin und Mitautorin des DHS Jahrbuch SUCHT 2026. Auf diese Problemlage weist auch ein breites Bündnis von über 25 Fachgesellschaften unter Federführung der DHS in einem [Positionspapier zur Alkoholprävention](#) hin.

TABAK- UND NIKOTINPRODUKTE

Der Anteil von Jugendlichen und Erwachsenen, die Tabakprodukte rauchen, sinkt seit Anfang der 2000er Jahre. Jedoch stagniert diese Entwicklung in den letzten Jahren. Tabakrauchen ist in Deutschland unter Erwachsenen nach wie vor verbreitet: Laut einer aktuellen Studie beträgt der Anteil 33,7 % (im Jahr 2025). Bei Jugendlichen (12 bis 17 Jahre) ist dieser Anteil mit 6,8 % nach Daten aus dem Jahr 2023 deutlich geringer – bei jungen Erwachsenen (18 bis 25 Jahre) mit 26,3 % wiederum deutlich höher.

795 Zigaretten pro Kopf

Der Absatz von in Deutschland versteuerten Fertigzigaretten ist 2025 gegenüber dem Vorjahr um 0,2 % gestiegen. Der Pro-Kopf-Verbrauch liegt damit aktuell bei 795 Zigaretten.

Steigender E-Zigaretten und Tabakerhitzer-Konsum

Ein Großteil der Personen, die konventionelle Tabakprodukte konsumieren, verwenden auch andere Nikotinprodukte wie E-Zigaretten oder Tabakerhitzer. Der Konsum dieser verwandten und neuartigen Nikotinprodukte nimmt seit 2018 zu, insbesondere bei jungen Erwachsenen. 3,0 % der Personen im Alter von 14 bis 64 Jahren nutzen aktuell E-Zigaretten und 0,8 % Tabakerhitzer im Jahr 2025.

Mangelhafte Tabakkontrollpolitik

„Bisherige Maßnahmen der Tabakkontrolle greifen zu kurz. Um Tabak- und Nikotinkonsum sowie die Passivrauchbelastung wirksam zu reduzieren, müssen individuelle Unterstützung und strukturelle Maßnahmen Hand in Hand gehen. Nur so lassen sich gesundheitliche Ungleichheiten abbauen und die Bevölkerung langfristig vor den negativen Folgen des Tabak- und Nikotinkonsums schützen“, erläutert Christina Rummel, DHS Geschäftsführerin.

MEDIKAMENTE

Medikamente, die eine psychische Wirkung erzeugen, können ein Abhängigkeitspotenzial haben. Dies trifft auf circa 4 % bis 5 % der häufig verordneten Arzneimittel zu. Es bestehen erhebliche Schwierigkeiten, exakte Zahlen der Arzneimittelabhängigkeit zu ermitteln. Da die Abhängigkeit vielfach weder ärztlicherseits noch von den Betroffenen erkannt wird, liegen hierzulande nur Schätzungen zur Anzahl der medikamentenabhängigen Menschen vor. Hochrechnungen gehen von 1,5 bis 1,9 Millionen Medikamentenabhängigen in Deutschland aus. Obwohl medikamentenabhängige Menschen zumeist in engem Kontakt mit dem medizinischen Versorgungssystem sind, befindet sich nur ein winziger Teil in spezifischer Suchtbehandlung.

Benzodiazepine & Z-Substanzen

Benzodiazepine und die mit ihnen verwandten sogenannten Z-Substanzen sind die Hauptursache für Medikamentenabhängigkeit. Diese beruhigenden und schlaffördernden Medikamente werden entgegen den Empfehlungen zu häufig langfristig und insbesondere älteren Menschen verschrieben. Die Verordnungszahlen zulasten der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) sinken kontinuierlich. Jedoch werden diese Medikamente in großem Umfang auch für gesetzlich krankenversicherte Personen auf Privatrezepten verordnet.

Opioide

Opioide sind die zweitwichtigste Gruppe von Medikamenten, die süchtig machen können. Immer mehr dieser Schmerzmittel werden zulasten der gesetzlichen Krankenkassen verordnet. Sie können bei Krebschmerzen und bei starken Schmerzen, die aufgrund ihrer Ursache von vorübergehender Dauer sind – also beispielsweise nach Verletzungen oder Operationen – Leid erheblich lindern. Werden sie längerfristig bei nicht-tumorbedingten Schmerzen eingenommen, verlieren sie ihre Wirkung, sodass die Dosis ständig erhöht werden muss. Gleichzeitig steigt dadurch sogar die Schmerzempfindlichkeit.

CANNABIS

In Deutschland ist der längerfristige Trend eines Anstiegs im Cannabiskonsum zu beobachten, auch des problematischen Gebrauchs. 5,1 Millionen erwachsene Deutsche im Alter von 18 bis 64 Jahren (9,8 %) gaben an, Cannabis in den letzten 12 Monaten konsumiert zu haben. Männer tun dies etwas häufiger als Frauen. Sie zeigen auch deutlich höhere Prävalenzen hinsichtlich des Missbrauchs oder der Abhängigkeit (1,8 %) als Frauen (1,1 %).

Mehr stationäre Behandlungen

Cannabinoidbezogene Störungen sind nach alkoholbezogenen Störungen der zweithäufigste Grund, warum Menschen Suchthilfe in Anspruch nehmen (2024: ambulant: 15,8 %, stationär: 10,6 %). Während die Zahl der ambulanten Fälle nach jahrelangem Anstieg erstmals gesunken ist – von 26.633 Fällen im Jahr 2023 auf 22.231 im Jahr 2024 –, steigt die Zahl der stationären Behandlungen weiter an: von 3.056 auf 3.430 Fälle.

ILLEGALE DROGEN

Laut aktuellen Schätzungen haben in Deutschland etwa 7,3 Millionen Erwachsene im Alter von 18 bis 64 Jahren sowie 69.000 Jugendliche im Alter von 12 bis 17 Jahren zumindest einmal in ihrem Leben eine illegale Droge konsumiert. Dies entspricht einer Lebenszeitprävalenz von 14,1 % bzw. 1,5 %.

Drogenkonsum bei Erwachsenen

Von den Erwachsenen gaben 3,7 % an, in den letzten 12 Monaten mindestens eine illegale Droge konsumiert zu haben. Die Prävalenz des Konsums einzelner Substanzen lag bei etwa 1 % oder darunter, wobei die höchsten Werte für Kokain/Crack und MDMA („Ecstasy“) festgestellt wurden.

Drogenkonsum bei Jugendlichen

Bezogen auf die letzten 12 Monate haben 1,2 % aller Jugendlichen eine illegale Droge konsumiert. Dabei war der Konsum von Amphetaminen, Ecstasy, Kokain/Crack, Pilzen oder neuen psychoaktiven Stoffen (NPS) etwas weiter verbreitet als der Konsum anderer illegaler Drogen.

Veränderungen des Konsums

Im Zeitraum von 2011 bis 2023 zeigte sich bei Jugendlichen keine Veränderung der 12-Monats-Prävalenzen des Konsums illegaler Drogen, während bei Erwachsenen ein Anstieg zu verzeichnen war.

FORDERUNGEN DER DHS

Dr. Peter Raiser, Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) betont: „Sucht betrifft uns alle – und ist weiter verbreitet, als viele denken. Das DHS Jahrbuch Sucht 2026 belegt: Die Folgen von Abhängigkeitserkrankungen spüren wir in allen gesellschaftlichen Bereichen. Deshalb ist jetzt politisches Handeln dringend erforderlich. Notwendig ist eine übergreifende Strategie, in der gesundheits-, wie sozial- und wirtschaftspolitisch gedacht wird. Suchtpolitik muss evidenzbasiert und frei von Ideologien sein. Für die Entstigmatisierung von Suchterkrankungen brauchen wir starke Allianzen: Politik, Zivilgesellschaft und Fachleute müssen an einem Strang ziehen – für bessere Gesundheit und weniger Belastung der Gesellschaft.“

DHS Jahrbuch SUCHT 2026 zum Download

Das DHS Jahrbuch SUCHT 2026 ist online als frei zugängliche Open Access Publikation auf dhs.de verfügbar. Zusätzlich liegt das jährlich erscheinende Standardwerk in Buchform im [Pabst Verlag](#) vor (kostenpflichtig).

Kontakt für Presseanfragen

Sie möchten mehr erfahren? – Wir unterstützen Sie gerne bei Ihren Recherchen! Ihre Anfrage richten Sie bitte per Mail an das DHS Referat für Öffentlichkeitsarbeit und Prävention:

presse@dhs.de.

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) ist die zentrale Dachorganisation der deutschen Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe. Nahezu alle Träger der ambulanten Suchtberatung und Suchtbehandlung, der stationären Versorgung und der Sucht-Selbsthilfe sind in der DHS vertreten.

DHS-Suchthilfeverzeichnis: Information, Beratung & Behandlung

Bei Fragen rund um das Thema Sucht helfen und unterstützen Fachleute vor Ort und online. Unter www.suchthilfeverzeichnis.de finden Betroffene, Angehörige und Interessierte die Kontaktdaten und Arbeitsschwerpunkte von rund 2.100 ambulanten und stationären Einrichtungen der Suchthilfe in ganz Deutschland.

DHS Publikationen zu Sucht, Drogen und abhängigem Verhalten

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) bietet eine Vielzahl an kostenlosen Publikationen zu den Themenfeldern Sucht, Suchtstoffe und abhängiges Verhalten. Alle aktuell verfügbaren Veröffentlichungen können im DHS Bestellcenter heruntergeladen oder bestellt werden: www.dhs.de/infomaterial