

# Ohren auf beim Thema Lärmschutz

**Nachhaltigkeit** «Eines Tages wird der Mensch den Lärm ebenso unerbittlich bekämpfen müssen wie die Cholera und die Pest.» Dies prophezeite der Medizin-Nobelpreisträger Robert Koch 1910. Gemäss Bundesamt für Umwelt (BAFU) sind heute in der Schweiz über eine Million Menschen von lästigem und schädlichem Lärm betroffen. Zeit für Veränderung, findet unser Autor.

Bernhard Aufderreggen

Das Problem mit der zunehmenden Lärmbelastigung wurde in der Schweiz erkannt: Seit 1983 gilt hierzulande das Umweltschutzgesetz. Der Lärm soll soweit vermindert werden, als «technisch und betrieblich möglich und wirtschaftlich tragbar». Primär sind vom Gesetzgeber «Massnahmen an der Quelle» gefordert. Die Grenzwerte sollen so formuliert werden, dass sie Rücksicht auf Personengruppen mit erhöhter Empfindlichkeit nehmen, wie Kinder, Betagte, Kranke und Schwangere. So weit, so gut. Leider hat durch die bisher durchgeführten Massnahmen die Anzahl der betroffenen Menschen nicht abgenommen. Zudem wissen wir heute, dass Lärm viel gesundheitsschädlicher ist als 1983 angenommen.

Im Gegensatz zu den wissenschaftlichen Erkenntnissen von 1983 wird Lärm heute nicht «nur» als Belästigung oder Schlafstörung wahrgenommen. Übermässiger Lärm verursacht auf die ganze Schweiz hochgerechnet jährlich etwa 500 kardiovaskuläre Todesfälle [1]. Arterielle Hypertonie tritt in Gebieten mit stärkerer Lärmbelastung häufiger auf [2]. Etwa 2500 neue Diabeteserkrankungen können der Lärmbelastung epidemiologisch jährlich zugeordnet werden. Dänische Forschergruppen haben festgestellt, dass Demenz in lärmigen Gebieten häufiger auftritt [3]. Verkehrslärmbelastung am Wohnort geht zudem mit einem höheren Suizidrisiko einher, wie eine im März publizierte Studie des TPH Basel aufzeigt [4]. Lärm ist also ein ernst zu nehmendes Gesundheitsrisiko! Lärm versetzt unseren Organismus in einen Alarm-Zustand. Stresshormone werden ausgeschüttet. Die Kampf-oder-Flucht-Reaktion wird aktiviert. Dies wirkt sich sowohl physisch wie auch psychisch negativ aus.

Das Hauptproblem ist der von Motorfahrzeugen erzeugte Lärm. Verkehrslärm betrifft primär die Städte und Agglomerationen. Über 90% der betroffenen Personen leben in und um grössere Zentren. Aber auch an Passstrassen sind die dort wohnenden Menschen einer Lärmplage ausgesetzt, die rein zum «Freizeitvergnügen» erzeugt wird. Auch im Umfeld der grossen und kleinen Flughäfen sind viele Menschen massivem Lärm ausgesetzt.

Die Eidgenössische Kommission für Lärmbekämpfung (EKL) hat die neuen Erkenntnisse über die gesundheitlichen Auswirkungen des Lärms in einem Bericht zusammengestellt

und im Dezember 2021 zuhanden des Bundesrats Empfehlungen für neue Grenzwerte beim Strassen-, Eisenbahn- und Fluglärm veröffentlicht [5]. Der Bundesrat aber hat sich dazu noch nicht geäussert.

Bedauerlicherweise orientieren sich die von der EKL vorgeschlagenen Grenzwerte nicht an den schärferen Limiten der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Um den Gesundheitsschutz zu gewährleisten, müssen aus Sicht der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz (AefU) aber diese WHO-Grenzwerte auch in der Schweiz Gültigkeit haben.

Evident ist: Lärmschutz ist Gesundheitsschutz. Also was tun?

- Lärminderung ist Gesundheitsprävention. Tempo 30 – auch auf Hauptverkehrsstrassen innerorts – ist eine sehr rasch wirksame und günstige Massnahme. Tempo 30 reduziert nicht nur den Lärm an der Quelle. Es hat auch Einfluss auf die Häufigkeit und Schwere von Unfällen und reduziert die Luftverschmutzung.
- Ein strenges Nachtflugverbot von 22 Uhr bis 7 Uhr schützt den Schlaf der Anwohnerinnen und Anwohner.
- Bei Behandlung wegen Diabetes oder Herz-Kreislaufkrankungen ist zu prüfen, ob eine Lärmverminderung am Wohnort als begleitende Massnahme realisiert werden kann und ob dies einen zusätzlichen therapeutischen Nutzen generiert.
- Und: Mobilität zu Fuss oder mit dem Velo – es gibt nichts Besseres für Gesundheit und Umwelt.



## Literatur

Vollständige Literaturliste unter [www.saez.ch](http://www.saez.ch) oder via QR-Code



### Dr. med. Bernhard Aufderreggen

Präsident der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz (AefU). An dieser Stelle schreibt er regelmässig über Nachhaltigkeit im Gesundheitswesen.



© Luca Bartulović