



Swiss Acoustical Society  
Société Suisse d'Acoustique  
Schweizerische Gesellschaft für Akustik  
Società Svizzera di Acustica  
Internet: [www.sga-ssa.ch](http://www.sga-ssa.ch)

## Medienmitteilung

«Tag gegen Lärm» 25. April 2018

### **Lärm stinkt**

**Lärm stört, kostet und macht krank. Und Lärm geht uns alle an. Am Aktionstag vom 25. April 2018 stehen unter dem Motto "Lärm stinkt!" die gesundheitsgefährdenden Auswirkungen von Lärm im Zentrum. Dass belastete Luft krank machen kann, ist den meisten bewusst. Dass aber auch Lärm die Gesundheit beeinträchtigt, ist weniger bekannt.**

Lärm ist ein Stressfaktor. Der menschliche Körper reagiert auf störende Geräusche mit der Ausschüttung von Stresshormonen. Das Nervensystem und das hormonelle System werden dadurch beeinflusst. Blutdruck, Herzfrequenz und weitere Kreislauffaktoren verändern sich. Das wirkt sich negativ auf die Gesundheit aus. Auch die kognitiven Leistungen werden durch Lärm beeinträchtigt.

### **Verkehrslärm**

Die SIRENE-Studie des Schweizerischen Nationalfonds weist nach, dass insbesondere Strassenlärm zu einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen führt. In der Schweiz ist tagsüber jede fünfte Person schädlichem oder lästigem Strassenverkehrslärm ausgesetzt, in der Nacht jede sechste.

Bei einer Zunahme der Strassenlärmbelastung um 10 dB(A) am Wohnort steigt das relative Herzinfarktisiko um 4 Prozent. Auch das Risiko anderer Krankheiten wie Bluthochdruck und Herzinsuffizienz steigen mit zunehmendem Verkehrslärm.

Übermässiger Verkehrslärm erhöht ebenfalls das Risiko, an Diabetes zu erkranken. Die chronische Ausschüttung von Stresshormonen beeinflusst den Insulinstoffwechsel negativ.

Gemäss einer WHO-Schätzung verliert die Schweizer Bevölkerung jedes Jahr rund 46'000 Lebensjahre, die ohne Verkehrslärm bei einwandfreier Gesundheit hätten gelebt werden können. Zudem verursacht der Verkehrslärm jährlich zirka 800 Millionen Franken Gesundheitskosten. Das entspricht rund der Hälfte der Gesundheitskosten, die durch Luftverschmutzung verursacht werden.

## Schädlicher Nachtlärm

Nächtliche Lärmstörungen sind besonders problematisch für die Gesundheit. Es gibt zwar Menschen, die ruhig neben einer vielbefahrenen Strasse schlafen können. „Man gewöhnt sich dran“, meinen sie. Das stimmt jedoch nur vordergründig. Subjektive Lärmbelästigung und Lärmempfindlichkeit haben keinen Einfluss darauf, wie stark sich Lärm gesundheitlich auswirkt. Eine Gewöhnung an Lärm gibt es nicht. Denn unsere Ohren hören alles – auch nachts. Nachtlärm wird insbesondere mit akuten Herzerkrankungen und natürlich einer schlechten Schlafqualität in Zusammenhang gebracht. Er stört das Ein- und Durchschlafen und verkürzt die für die Gesundheit wichtigen Tiefschlafphasen. Schläft man über lange Zeit schlecht, leidet die Gesundheit.

### SiRENE-Studie

"SiRENE" steht für Short and Long Term Effects of Transportation Noise Exposure und ist ein seit 2014 laufendes Schweizer Forschungsprojekt, das Versuche im Schlaflabor mit epidemiologischer Forschung, Bevölkerungsbefragungen und aufwändigen akustischen Berechnungen und Modellierungen kombiniert. Hauptziel der SiRENE-Studie ist die Untersuchung der Kurz- und Langzeitwirkungen des Verkehrslärms auf die Schweizer Bevölkerung.

Die SiRENE-Studie wird von der Eidgenössischen Kommission für Lärmbekämpfung (EKL) begleitet. Die Resultate der Studie werden dereinst eine wichtige Grundlage bilden für die Überprüfung der Lärmgrenzwerte in der Schweizerischen Lärmschutzverordnung (LSV).

[www.sirene-studie.ch](http://www.sirene-studie.ch)

### Tag gegen Lärm 2018: Plakataktion für Gemeinden

Allen Schweizer Gemeinden stellen wir Plakate für den öffentlichen Raum zur Verfügung. Mit der Plakataktion können die Gemeinden selbst aktiv werden und ihre Bevölkerung auf die Lärmproblematik aufmerksam machen. Das Plakat mit dem Slogan „Lärm stinkt“ zeigt, dass Lärm ebenso schädlich für die Gesundheit ist wie Luftverschmutzung. Es ist allgemein bekannt, dass schlechte Luft die Gesundheit beeinträchtigen kann. Dass aber auch Lärm krank machen kann, ist der Öffentlichkeit weniger bewusst. Zudem ist das Plakat auch ein Statement gegen den Lärm im Sinne von „Mir stinkt dieser Lärm“! Aufgehängt an vielbefahrenen Verkehrsachsen wird es seine Wirkung nicht verfehlen. Alles zur Plakataktion und weitere Hintergrundinformationen unter [www.lärm-stinkt.ch](http://www.lärm-stinkt.ch).

### Hintergrund Tag gegen Lärm

1996 wurde der «International Noise Awareness Day» von der New Yorker «League for the Hard of Hearing» ins Leben gerufen. 2005 nahm die Schweiz zum ersten Mal aktiv an diesem Aktionstag teil. Die Trägerschaft setzt sich zusammen aus: Cercle Bruit (Vereinigung kantonaler Lärmfachstellen), Schweizerische Gesellschaft für Akustik, Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz, Lärmige Schweiz. Unterstützt wird die Trägerschaft vom Bundesamt für Umwelt BAFU und vom Bundesamt für Gesundheit BAG. Mit der Teilnahme am Aktionstag setzt sich die Trägerschaft das Ziel, den «Tag gegen Lärm» in der Schweiz zu verankern und die Öffentlichkeit auf das Thema Lärm zu sensibilisieren.

**Beilagen:**

- Auskunftspersonen für Medienschaffende

**Links:**

- Die offizielle Seite zum Tag gegen Lärm mit Hintergrundinformationen für Medienschaffende:  
[www.lärm-stinkt.ch](http://www.lärm-stinkt.ch)
- ARE-Bericht: Externe Effekte des Verkehrs 2010, Monetarisierung von Umwelt-, Unfall- und Gesundheitseffekten  
[https://www.are.admin.ch/dam/are/de/dokumente/verkehr/publikationen/externe\\_effekte\\_desverkehrs2010.pdf.download.pdf/externe\\_effekte\\_desverkehrs2010.pdf](https://www.are.admin.ch/dam/are/de/dokumente/verkehr/publikationen/externe_effekte_desverkehrs2010.pdf.download.pdf/externe_effekte_desverkehrs2010.pdf)

Koordinationsstelle «Tag gegen Lärm»

c/o Umsicht, Agentur für Umwelt & Kommunikation

Andrea Kaufmann

Klosterstrasse 21a

6003 Luzern

041 410 51 52 / 076 540 69 48

[www.lärm.ch](http://www.lärm.ch)

nad@laerm.ch

Der Aktionstag wird unterstützt von:



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Umwelt BAFU**

**Bundesamt für Gesundheit BAG**