

Krank wird nur, wer sich vom Lärm gestört fühlt

Faktenblatt Irrtum 9

Die meisten Personen, welche von Verkehrslärm betroffen sind, meinen das Rollen des Zuges oder das Brummen der Autos in der Nacht gar nicht - oder nicht mehr wahrzunehmen. Schlafstörungen zählen jedoch zu den häufigsten lärmbedingten Beeinträchtigungen. Auch im Schlaflabor zeigt sich, dass nicht bewusst wahrnehmbarer Verkehrslärm den Schlaf sehr wohl stört.

Unbewusster Lärm beeinträchtigt die Leistungsfähigkeit

Studien der psychiatrischen Universitätsklinik in Basel belegen, dass Lärm während des Schlafs zu kleinen Aufwachepisoden führt. Es sind kurze Momente, an die man sich nicht mehr erinnert. Doch bereits diese wenigen Sekunden des Wachseins vermögen die kognitiven Fähigkeiten zu schwächen und Gedächtnis- oder Konzentrationsprobleme auszulösen. Die allgemeine Leistungsfähigkeit ist tagsüber reduziert und die körperliche Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt. Bei chronisch lärmexponierten Personen besteht ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ein gestörter Schlaf kann zudem Stressreaktionen, psychische Probleme und in gewissen Fällen sogar Depressionen auslösen.

Dauerbeschallung hat gesundheitliche Folgen

Jede dritte Person in Europa fühlt sich tagsüber durch Lärm gestresst, jede fünfte klagt deshalb über Schlafstörungen. Verkehrslärm ist europaweit jedes Jahr für 50.000 tödliche Herzinfarkte und 200.000 Fälle von Herz-Kreislauf-Erkrankungen verantwortlich. Schon geringe, aber permanente Schallemissionen können körperliche und/oder psychische Erkrankungen auslösen.

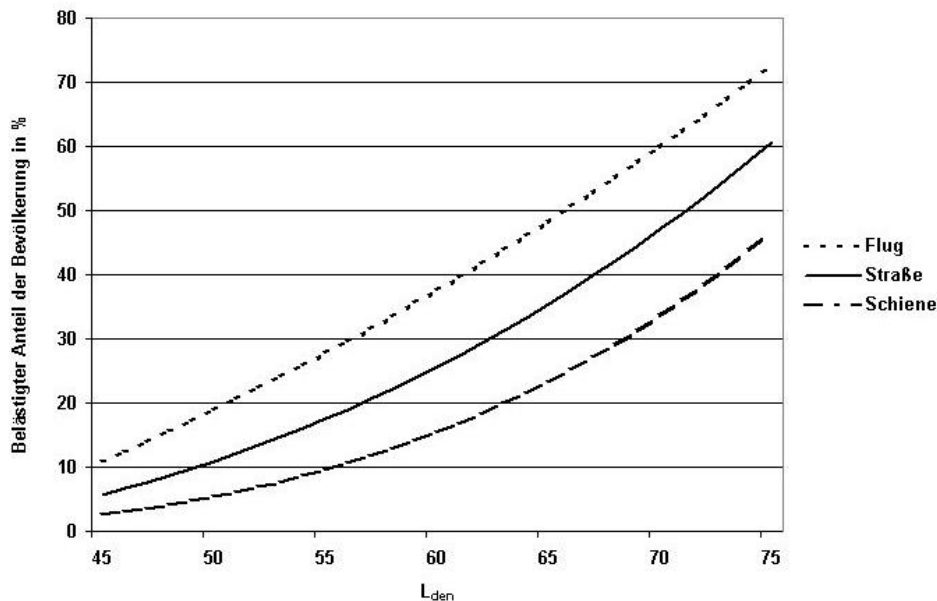
- Schlafstörungen mit kurz- und langfristigen Konsequenzen
- Hormonelle Reaktionen (mehr Stresshormone) und mögliche Konsequenzen für den menschlichen Stoffwechsel und das Immunsystem
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes
- Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit in der Schule und am Arbeitsplatz
- Beeinträchtigung im sozialen Verhalten (Aggressivität, Hilflosigkeit etc.)
- Beeinträchtigung der Sprache und Kommunikation

Quelle: Umweltbundesamt 2010

Die Belästigung und Störung durch Lärm ist das Ergebnis eines komplexen Wahrnehmungs- und Bewertungsvorganges des Menschen und daher eine subjektive Empfindung. Für eine objektive Beurteilung der Schallsituation kann sie nicht herangezogen werden.

Tag gegen Lärm 2014: „Die neun grössten Irrtümer zum Strassenlärm“ www.laerm.ch

Belästigungswirkung von Verkehrslärm



Quelle: Umweltbundesamt Österreich

Verlorene Lebensjahre

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat eine Methode entwickelt, um die Beeinträchtigungen der menschlichen Gesundheit durch Umweltfaktoren abzuschätzen. Dabei stützt sie sich auf die Masseinheit DALY (disability adjusted life years). Ein DALY entspricht einem verlorenen Lebensjahr bei einwandfreier Gesundheit. Jährlich gehen in der Schweiz rund 45'000 beschwerdefreie Lebensjahre durch Verkehrslärm verloren. Der Strassenlärm ist für 89% dieser Verluste verantwortlich, der Bahn- und Fluglärm für 9% bzw. 2%. Auf der Rangliste der umweltbedingten Krankheiten mit den höchsten DALY-Werten belegt der Lärm den vierten Platz. Lärm ist also nicht nur ärgerlich, sondern eine echte Bedrohung für die Gesundheit.

Quellenangaben:

- VCÖ, Verkehr aktuell 6/2013: „Lebensqualität für Städte und Gemeinden durch Tempo 30“
- Bundesamt für Umwelt BAFU, umwelt 1/2013: „Ruhe schützen“
- Gastberger, T., 1998: „Lärm“
- Zeitschrift für Lärmbekämpfung 44, 1997: „Risikoerhöhung für Herzinfarkt durch chronischen Lärmstress“

Linksammlung:

- BAFU Magazin Umwelt:
<http://www.bafu.admin.ch/dokumentation/umwelt/12512/12534/index.html?lang=de>
- BAFU Broschüre „Auswirkungen des Verkehrslärms auf die Gesundheit“:
<http://www.bafu.admin.ch/laerm/10520/10521/?lang=de>
- Verkehrsclub Österreich:
<http://www.vcoe.at/de/publikationen/vcoe-factsheets/>
- Umweltbundesamt Österreich:
<http://www.umweltbundesamt.at/umweltsituation/laerm/verursacher/>

Tag gegen Lärm 2014: „Die neun grössten Irrtümer zum Strassenlärm“ www.laerm.ch