Klima und Gesundheit

™Jenny Krause, Lia Schumann, B.A. Lisa Gräbe, Dipl. Med. Olaf Haberecht

Der Klimawandel stellt eine der größten Herausforderungen unserer Zeit dar und hat sowohl direkte als auch indirekte weitreichende Auswirkungen auf die Gesundheit der Menschen.

Weltweit lässt sich ein Anstieg der Kohlenstoffdioxid-Emission beobachten. Der Ausstoß von Kohlenstoffdioxid (CO_2) lag im Jahr 1960 weltweit bei ungefähr 9 Milliarden Tonnen. Im Jahr 2022 befand er sich weltweit hingegen bei ca. 38 Milliarden Tonnen (Global Carbon Project, 2023).

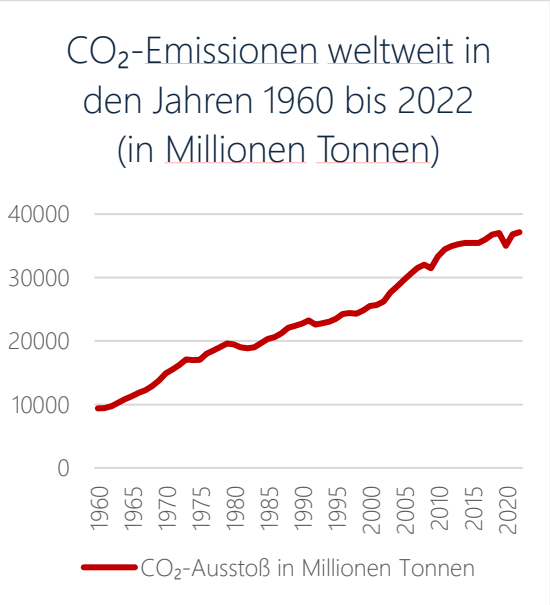

Abbildung 1: CO_2-Emissionen weltweit (Global Carbon Project, 2023)

Direkte Auswirkungen des Klimas auf die Gesundheit:

Extreme Wetterereignisse wie Hitzewellen, Stürme und Überschwemmungen sind direkte Folgen des Klimawandels, die erhebliche gesundheitliche Risiken mit sich bringen (Umweltbundesamt, 2023). Zu den Folgen zählen physische und psychische Auswirkungen. Physische Auswirkungen können unter anderem Infektionen, Verletzungen oder sogar Todesfälle sein. Zu den psychischen Auswirkungen zählen Stress, Angstzustände, Traumata und Depressionen (ebenda).

Indirekte Auswirkungen auf die Gesundheit

Neben den direkten Einflüssen hat der Klimawandel auch indirekte Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit, diese treten durch die nachteilig veränderten Umweltbedingungen auf (Umweltbundesamt, 2023). Sie können das Auftreten, Verhalten oder die Entwicklung von Pflanzen und Tieren beeinflussen (Hessisches Landesamt für Naturschutz, Umwelt und Geologie, 2018).

Ein Beispiel indirekter Auswirkungen des Klimawandels ist die Zunahme von

Infektionskrankheiten, welche von Zecken oder Mücken übertragen werden können (Umweltbundesamt, 2023). Des Weiteren zählt die Luftverschmutzung, welche durch die Verbrennung fossiler Energieträger entsteht und zu einer Zunahme von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs- und Atemwegserkrankungen sowie Allergien führen kann, zu den indirekten Auswirkungen (Bundesärztekammer, o.J.).

Die Todesfälle, welche aus den direkten oder indirekten Auswirkungen des Klimawandels entstehen, werden voraussichtlich im Jahr 2030 bei 1,9 Millionen und im Jahr 2050 bei 14,5 Millionen Menschen pro Jahr liegen (World Economic Forum, 2024).

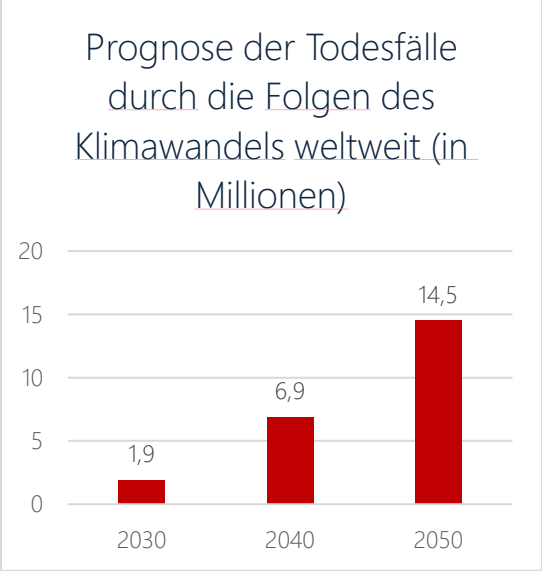

Abbildung 2: Todesfälle aufgrund des Klimawandels (World Economic Forum, 2024)

Im Jahr 2022 konnten aufgrund der Hitzebedingten Auswirkungen mindestens 15.000 Todesfälle weltweit festgestellt werden. (World Health Organization, 2022).

Diese Ergebnisse zeigen, dass ein Handlungsbedarf bezüglich des Klimaschutzes besteht.

Abbildung 3: Handlungsempfehlungen für die Kommune

Wie Sie die Umwelt mit einfachen Schritten schützen können, erfahren Sie im nachfolgenden Teil.

10 Empfehlungen, um das Klima im Alltag zu schützen:

1. Umstellung auf erneuerbare Energien:

Die Nutzung von Energiequellen wie Sonne, Wind und Erdwärme ist essenziell. Ein Wechsel zu Ökostrom kann die CO2-Emissionen um bis zu 90 % reduzieren. Ein Vier-Personen-Haushalt kann dadurch jährlich bis zu eine Tonne CO2 einsparen (Greenpeace, o.J.; Bürbaumer, 2022, S. 69-70).

2. Förderung nachhaltiger Verkehrsmittel:

Die Reduktion der Autonutzung zugunsten von Fahrrad, Bus und Bahn kann die CO2-Emissionen signifikant verringern. Fahrradfahren ist besonders umweltfreundlich, da es keine CO2-Emissionen verursacht. Ein Arbeitsweg von 5 Kilometern kann durch den Wechsel auf das Fahrrad jährlich 310 Kilogramm CO2 einsparen (Bürbaumer, 2022, S. 7-8).

3. Verzicht auf Kurzstreckenflüge:

Kurzstreckenflüge verursachen überproportional hohe CO2-Emissionen. Ein Hin- und Rückflug von Hamburg nach

München erzeugt etwa 310 Kilogramm CO2 pro Person. Dieselbe Strecke mit der Deutschen Bahn zurückgelegt, verursacht lediglich 37,4 Kilogramm CO2 pro Person (Bürbaumer, 2022, S. 31-32).

4. Reduktion des Konsums tierischer Produkte:
Der Verzicht auf Fleisch- und Milchprodukte kann die CO2-Emissionen erheblich senken, da deren Produktion Treibhausgase verursacht. Eine vegetarische Ernährung reduziert die CO2-Emissionen um durchschnittlich 30 %, eine vegane Ernährung um bis zu 50 % (Bürbaumer, 2022, S. 83-84).

5. Kauf regionaler und saisonaler Bioprodukte:
Bioprodukte verringern den Einsatz chemisch-synthetischer Pestizide und fördern die nachhaltige Bodennutzung sowie die Artenvielfalt. Zudem werden lange Transportwege und die damit verbundenen CO2-Emissionen vermieden (Greenpeace, o.J.).

6. Reduktion der Heiztemperatur:
Öl- und Gasheizungen sind klimaschädlich; der Umstieg auf grünen Strom ist ideal. Mieter können die CO2-Emissionen senken, indem sie die Heizung bei Abwesenheit herunterdrehen und die Durchschnittstemperatur der Wohnung auf 20 °C senken. Eine Reduktion der Raumtemperatur um 1 °C senkt den CO2-Verbrauch um etwa 6 % (Greenpeace, o.J.; Bürbaumer, 2022, S. 49).

7. Energieeffizientes Waschen:
Der Strom- und CO2-Verbrauch können durch das volle Beladen der Waschmaschine und durch Waschen bei niedrigeren Temperaturen reduziert werden. Ein Waschgang bei 30 °C verbraucht zwei Drittel weniger Strom als ein Waschgang bei 60 °C (Greenpeace, o.J.).

8. Kauf energieeffizienter Geräte:
Bei Neuanschaffungen sollte auf Energieeffizienz geachtet werden. Der höhere Preis energieeffizienter Geräte rentiert sich durch den geringeren Stromverbrauch (Greenpeace, o.J.; Bürbaumer, 2022, S. 69).

9. Einsparung digitaler Daten:
Viele Geräte besitzen einen Energiesparmodus, der genutzt werden sollte. Energie kann zudem gespart werden, indem nicht benötigte Videos oder Fotos aus der Cloud gelöscht werden. Musik und Filme sollten heruntergeladen statt gestreamt werden (Greenpeace, o.J.).

10. Erwägung von Secondhand-Produkten:
Viele Kleidungsstücke und Geräte müssen nicht neu gekauft werden. Secondhand-Käufe sind oft gut erhalten, schonen den Geldbeutel und die Umwelt (Greenpeace, o.J.; Bürbaumer, 2022, S. 109).

Die vorangegangenen Maßnahmen tragen dazu bei, den CO_2-Ausstoß zu reduzieren und den Klimawandel abzuschwächen, was letztlich positive Auswirkungen auf die Gesundheit der Menschen haben wird. Jeder Einzelne kann durch einfache Veränderungen im Alltag einen wichtigen Beitrag leisten, um die Auswirkungen des Klimawandels zu mildern und eine gesündere Zukunft zu fördern.

Literaturverzeichnis:

Bürbaumer, H. (2022). Der Klimaschutz-Kompass: Wie wir gut und klimafreundlich leben können. Springer.

Bundesärztekammer. (o.J.). Klimawandel und Gesundheit. Abgerufen von https://www.bundesaerztekammer.de/themen/aerzte/klimawandel-und-gesundheit

Global Carbon Project. (2023). CO_2-Emissionen weltweit in den Jahren 1960 bis 2022 (in Millionen Tonnen) [Graph]. In Statista. Abgerufen von https://de.statista.com/statistik/daten/studie/37187/umfrage/der-weltweite-co2-ausstoss-seit-1751/

Greenpeace. (o.J.) 10 Tipps für mehr Klimaschutz im Alltag. Abgerufen von https://www.greenpeace.de/klimaschutz/klimakrise/10-tipps-klimaschutz-alltag

Hessisches Landesamt für Naturschutz, Umwelt und Geologie (HLNUG). (2018). Folgen des Klimawandels für die menschliche Gesundheit. In: Klimawandel in Hessen. Wiesbaden: Hessisches Landesamt für Naturschutz, Umwelt und Geologie. Verfügbar unter: https://www.hlnug.de/fileadmin/dokumente/klima/klimawandel_gesundheit.pdf

Umweltbundesamt. (2023). Klimawandel und Gesundheit. Abgerufen von https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/umwelteinfluesse-auf-den-menschen/klimawandel-gesundheit#direkte-und-indirekte-auswirkungen-des-klimawandels-auf-die-gesundheit

World Health Organization. (2022). Erklärung – Der Klimawandel ist schon jetzt todbringend, doch sofortiges entschlossenes Handeln kann mehr Todesfälle verhindern. Abgerufen von https://www.who.int/europe/de/home/07-11-2022-statement---climate-change-is-already-killing-us--but-strong-action-now-can-prevent-more-deaths

World Economic Forum. (2024). Todesfälle[1] durch die Folgen des Klimawandels weltweit in den Jahren 2030[2] bis 2050[2] (in Millionen) [Graph]. In Statista. Abgerufen von https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1447566/umfrage/todesfaelle-aufgrund-des-klimawandels-weltweit/