

Wie schwerwiegend sind Risiken aufgrund von Luftverschmutzung?

Luftverschmutzung verkürzt die Lebenserwartung in Europa im Durchschnitt **um fast ein Jahr**

Quelle: WHO

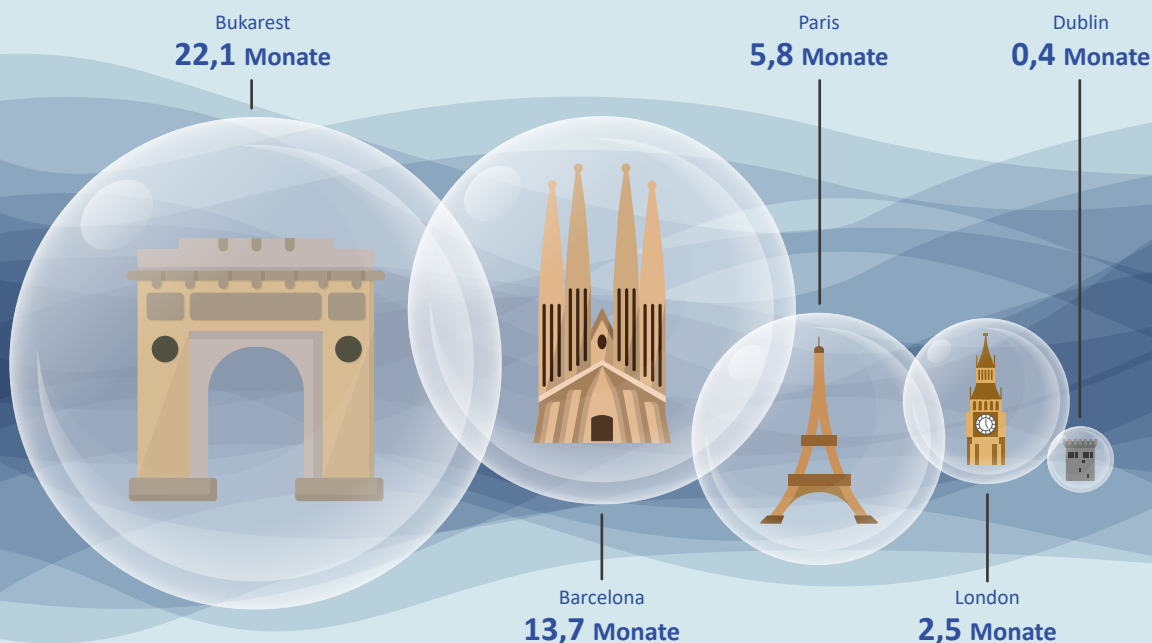


Luftverschmutzung verursacht in Europa den vorzeitigen Tod von fast **500.000** Menschen pro Jahr

Quelle: Europäische Umweltagentur

Ist saubere Atemluft wichtig?

Zusätzliche Lebenserwartung pro Person, wenn Luftqualität europäischer Städte Gesundheitsrichtlinien entsprechen würde*



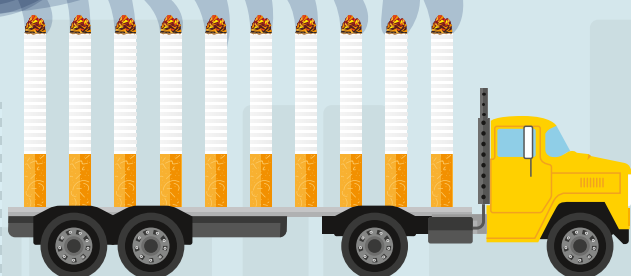
Würde die Luftverschmutzung in europäischen Städten auf die Empfehlung der WHO-Leitlinien für Luftqualität* gesenkt, würde die Menschen länger leben – **teilweise fast zwei Jahre länger**

* Feinstaub-Pegel (PM_{2,5}) von 10 µg/m³, zusätzliche Lebenszeit pro Person ab 30 Jahre. Quelle: Aphekom 2011, Europäische Umweltagentur

Ist Luftverschmutzung so gefährlich wie Rauchen?

Luftverschmutzung kann so gefährlich wie Passivrauchen sein

An einer viel befahrenen Straße zu leben, ist mit dem Passivrauchen von **10 Zigaretten pro Tag** vergleichbar



Doch aktives Rauchen ist wesentlich gefährlicher

Risikofaktor	Luftverschmutzung	Rauchen
Lebensverkürzung	Im Durchschnitt fast 1 Jahr in Europa	10 Jahre bei aktiven Rauchern

Welche Auswirkungen hat Luftverschmutzung auf Kinder?



Babys

Luftverschmutzung in der Schwangerschaft wird mit geringem Geburtsgewicht und Frühgeburten in Verbindung gebracht



Kinder

Kinder, die verschmutzte Luft atmen, leiden häufiger unter Husten, keuchender Atmung und Asthma



Jugendliche

Kinder, die mit schlechter Luftqualität aufwachsen, weisen als Jugendliche häufiger eine schlechte Lungenfunktion auf

Quellen: Gauderman et al. 2004, Gehring 2013, Pedersen et al. 2013, Shah et al. 2011

Welche Auswirkungen hat schlechte Luftqualität auf Menschen mit Lungenerkrankungen?

Menschen mit Lungenerkrankungen wie Asthma oder chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), Senioren und Kleinkinder sind durch Luftverschmutzung am stärksten gefährdet.

Folgen kurzzeitig hoher Luftverschmutzung:

Verstärkung von Symptomen wie Husten, Keuchen und Atemnot

Mehr Krankenhausaufenthalte wegen Lungenerkrankungen*

Höheres Sterberisiko durch Lungenerkrankungen

Empfehlungen für Gefährdete:

Luftqualität recherchieren oder automatische Benachrichtigungen abonnieren

Sport bei hoher Schadstoffbelastung vermeiden

Bei anhaltenden Symptomen oder Verschlechterung Arzt aufsuchen

* Geschätzter Anstieg um 1 % pro Anstieg der Feinstaubbelastung (PM10) um 10 µg/m³. Quellen: Atkinson et al. 2001, Peacock et al. 2011

Weiterhin draußen Sport treiben – trotz Bedenken wegen schlechte Luftqualität?

JA!



Möglichkeiten, die Belastung durch Luftverschmutzung zu verringern:



Sport auf Nebenstraßen



Sport im Grünen



Kein Sport zur Hauptverkehrszeit oder bei hoher Schadstoffbelastung

Für die meisten Menschen überwiegen die Vorteile von Bewegung die Risiken durch Luftverschmutzung. Wenn Sie an einer Lungenerkrankung leiden oder in einer stark verschmutzten Gegend leben, sollten Sie stets Maßnahmen ergreifen, um hohe Schadstoffkonzentrationen zu vermeiden, und Ihren Arzt konsultieren.

Quelle: Hartog 2010



ERS ELF

Erfahren Sie mehr: www.healthylungsforlife.org

Mithilfe dieses Dokuments können medizinische Fachkräfte ihren Patientinnen und Patienten die Risiken schlechter Luftqualität besser erklären. Es wurde im Rahmen der Kampagne „Healthy Lungs for Life“ vom Environment and Health Committee der European Respiratory Society (ERS) und der European Lung Foundation (ELF) erstellt. Dieses Informationsblatt wurde mit Unterstützung von Prof. Bert Brunekreef und Prof. Jonathan Grigg erstellt.