
Wenn die Umwelt krank macht

Chemikalien, Lärm, Strahlung – es gibt viele Umwelteinflüsse, die sich negativ auf die menschliche Gesundheit auswirken können. Doch die Diagnose ist nicht immer leicht

Die Umweltmedizin befasst sich mit den Einflüssen von Umweltfaktoren auf die menschliche Gesundheit. Oft ist es jedoch schwierig, Beschwerden beziehungsweise Krankheitsbilder eindeutig auf negative Umwelteinflüsse wie Bau- und Wohngifte, Haushaltschemikalien, belastete Nahrungsmittel, Feinstaub, Strahlung oder auch Lärm zurückzuführen. Die Symptome, die diese Umweltbelastungen hervorrufen – zum Beispiel Kopfschmerzen, Atemwegsbeschwerden oder Übelkeit – sind in der Regel nicht eindeutig und könnten ebenso durch andere Krankheiten verursacht worden sein. Aus diesem Grund gibt es keine belastbaren Zahlen, wie viele Menschen in Deutschland aufgrund negativer Umwelteinflüsse erkranken.

Wissenschaftlich einwandfrei belegen können Umweltmediziner den Einfluss von Umweltfaktoren nur dann, wenn Schadstoffe in deutlich erhöhter Konzentration in Blut, Urin oder inneren Organen nachweisbar sind. „Eindeutige Diagnosen sind nicht selten aufwändig. Oft müssen wir andere Fachärzte, zum Beispiel Internisten oder Psychosomatiker hinzuziehen“, sagt Professor Thomas Eikmann, Direktor des Instituts für Hygiene- und Umweltmedizin am Universitätsklinikum Gießen.

Überblick: Welche Umwelteinflüsse können krank machen

„Die Zahl der Atemwegserkrankungen hat seit dem 20. Jahrhundert massiv zugenommen“, warnt Dr. Monika Schulze, Leiterin des umweltmedizinischen Zentrums am Klinikum Augsburg. Verantwortlich dafür sei die Luftverschmutzung durch Straßenverkehr (Feinstaub), Industrie und schädliche Baustoffe. „Es gibt tausende Chemikalien, die gesundheitliche Störungen hervorrufen können“, so die Internistin und Fachärztin für Hygiene und Umweltmedizin. Das sei vermutlich auch einer der Gründe dafür, dass Allergien immer häufiger werden.

Innenraumschadstoffe

Innenraumschadstoffe verursachen bei weitem die meisten Beschwerden auf dem Gebiet der Umweltmedizin. An erster Stelle stehen hierbei Schädigungen durch Schimmelpilzbefall in der eigenen Wohnung. Aber auch giftige Farben, Lacke, Holzschutzmittel und unsachgemäß verwendete Haushaltschemikalien können Symptome hervorrufen.

Strahlung

Es gibt verschiedene Arten von Strahlung mit unterschiedlich starken gesundheitlichen Auswirkungen. Am meisten gefürchtet ist die radioaktive oder ionisierende Strahlung, wie sie in hohen Dosen zum Beispiel bei einem Reaktorunfall freigesetzt werden kann. Auch die medizinischen Röntgenstrahlen sind potenziell gesundheitsgefährdend. Darum sind Ärzte dazu verpflichtet, den medizinischen Nutzen einer Röntgenuntersuchung oder Computertomografie (CT) stets mit dem Strahlungsrisiko abzuwägen. Umstritten ist die Gesundheitsgefahr durch die Strahlung, die von elektrischen Geräten wie Funkmasten, Handys, schnurlosen Telefonen oder Mikrowellen ausgeht.

Nach derzeitigem Wissensstand gibt es unterhalb der vorgeschriebenen Grenzwerte keine gesundheitlichen Auswirkungen.

Lärm

Auch Lärm zählt im weiteren Sinne zu den schädlichen Umwelteinflüssen. Nicht nur das Gehör kann Schaden nehmen – bei dauerhaftem Lärm ist der ganze Körper in Mitleidenschaft gezogen. „Ständiger Lärm verursacht eine Stressreaktion des Körpers. Unser Organismus schüttet Stresshormone aus, der Blutdruck steigt, das Herz schlägt schneller, das Herzinfarktrisiko kann erhöht sein“, sagt Eikmann.

Umweltsyndrome

Unter Umweltsyndromen versteht man relativ neue Krankheitsbilder, die mit schädlichen Umwelteinflüssen in Verbindung gebracht werden. Hier herrscht allerdings noch viel Uneinigkeit unter Betroffenen und Fachleuten. Die Syndrome und ihre Ursachen sind noch nicht restlos erforscht. Zum Beispiel das Sick-Building-Syndrom: Es soll unter anderem durch überheizte Räume mit schlechtem Luftaustausch, Schimmelpilzsporen oder chemische Ausdünstungen aus alten Klimaanlageanlagen verursacht werden. Als mögliche Krankheitszeichen gelten beispielsweise Kopfschmerzen, Müdigkeit, Konzentrationsschwäche oder gereizte Augen, Atemwege oder Haut. In Zusammenhang gebracht werden giftige Umweltsubstanzen auch mit dem Chronischen Müdigkeitssyndrom (Chronic-fatigue-Syndrom) oder dem Multiplen Chemikalien-Sensitivitäts-Syndrom (MCS).

Wo gibt es Hilfe?

Erster Ansprechpartner ist oft der Hausarzt. Menschen, die den Verdacht haben, dass negative Umwelteinflüsse sie krank gemacht haben, finden außerdem in Umweltmedizinischen Ambulanzen oder Beratungsstellen Hilfe. Das örtliche Gesundheitsamt unterstützt bei der Suche nach dem nächsten umweltmedizinischen Zentrum. Inzwischen gibt es in beinahe jeder größeren Stadt und in vielen Universitätskliniken entsprechende Abteilungen. Medizinische Experten sind entweder Fachärzte für „Hygiene und Umweltmedizin“, die nach dem Medizinstudium eine fünfjährige Weiterbildung absolviert haben, oder Mediziner, die nach einer entsprechenden Fortbildung die Zusatzbezeichnung „Umweltmedizin“ tragen.

Wie kann ich mich selbst schützen?

Jeder einzelne kann etwas dazu beitragen, möglichst wenig in Kontakt mit Umweltgiften zu kommen. An erster Stelle sieht Monika Schulze in diesem Zusammenhang den Zigarettenrauch – kein anderer Luftschadstoff schädigt Ihre Lungen so sehr wie Tabak, Teer und Nikotin. Achten Sie außerdem auf eine gesunde Ernährung mit zertifizierten Lebensmitteln, um eine Belastung mit Pestiziden oder anderen Schadstoffen zu vermeiden. Beim Bezug oder der Renovierung Ihrer Wohnung sollten Sie auf lösungsmittelfreie Farben, Lacke und Holzschutzmittel Wert legen. Und nicht zuletzt vermeiden Sie durch richtiges Lüften die Bildung von Schimmelpilzen in den eigenen vier Wänden.