

Gefahr für Umwelt und Gesundheit

Feinstaub belastet die Gesundheit, da die Partikel über die Atmung tief in den Organismus eindringen und negative Auswirkungen wie Asthma, Allergien, Krebs und Herz-Kreislauferkrankungen zur Folge haben können.

Jeder kann dazu beitragen, die Feinstaubbelastung möglichst gering zu halten: Am besten nutzt man so oft es geht das Fahrrad oder öffentliche Verkehrsmittel anstelle des Autos, reduziert die Geschwindigkeit der PKW-Fahrten, rüstet Altfahrzeuge mit vollwertiger Partikelabscheidung nach und wählt Kraftfahrzeuge mit geringem Kraftstoffverbrauch und Feinstaubausstoß. Im eigenen Haus

sollte man von der Nutzung von offenen Kaminen und Einzelöfen absehen, während man im Garten auf Laub- und Holzverbrennung verzichtet. Außerdem empfiehlt sich die Verwendung von energiesparenden und emissionsarmen Gebäudeheizungen. Generell gilt, dass alles, was Energie spart, auch der Reduzierung der Feinstaubbelastung dient. Raten Sie Ihren Kunden daher, energiesparende Haushaltsgeräte auszuwählen, die

Geräteleistung zu verringern und auf eine gute Wärmedämmung zu achten. Darüber hinaus ist es sinnvoll, Ökostrom zu beziehen, denn mit der Wahl des Stroms ist es ebenfalls möglich, Einfluss auf Feinstaubemissionen zu nehmen. Während Kohlekraftwerke hohe Mengen an Feinstaub abgeben, sind Solar- und Windkraftanlagen frei von Feinstaubemissionen.

Persönlicher Schutz Sich vor verschmutzter Luft zu schützen, ist gar nicht so einfach. Am besten hält man Abstand zu Baustellen, Hauptverkehrsstraßen, Kraftwerken, Flughäfen und Industrieanlagen. Dies gilt insbesondere dann, wenn man sich sportlich betätigen möchte: Empfehlen Sie den Joggern und Radfahrern unter Ihren Kunden, möglichst abseits dieser Hotspots aktiv zu werden. Dennoch überwiegen trotz Feinstaubbelastung die positiven Einflüsse des Sports und übertreffen die negativen Aspekte der vermehrten Schadstoffaufnahme.

Asthmatiker oder Raucher, deren Lunge ohnehin vorgeschädigt ist, sollten riskante Orte an Tagen hoher Feinstaubbelas-

tungen am besten ganz meiden. Auch Mütter mit Babys und Kleinkindern bleiben bei Feinstaub-Alarm besser zuhause, denn für die Kleinen ist die Belastung aufgrund der geringeren Körpermasse höher als bei Erwachsenen. Sind Kinder dauerhaft einer hohen Stickstoffdioxidbelastung ausgesetzt, steigt vermutlich ihr Risiko, an Asthma zu erkranken. Vorsicht: Atemschutzmasken schützen nicht vor Feinstaub oder Stickoxiden, da die kleinsten Partikel so winzig sind, dass sie die Masken ungehindert passieren.

Keine Panik Trotz der gesundheitlichen Nachteile dürfen Sie Ihren Kunden auch zu bedenken geben, dass andere Luftbelastungen (wie beispielsweise Tabakrauch) für die Gesundheit noch schädlicher sind – einen Grund zur Panik gibt es daher nicht, aber vielleicht einen Grund das Rauchen aufzugeben. Der Rauch einer einzigen Zigarette führt zu einer Feinstaubbelastung, die der eines eineinhalb Stunden im Leerlauf befindlichen Euro3-Dieselmotors entspricht. Auch beim Grillen ist die Feinstaubkonzentration im Garten sicherlich höher als an einer vielbefahrenen Straße. ■

Martina Görz,
PTA, M.Sc. Psychologie und
Fachjournalistin



© nicoleaionescu / iStock / Getty Images Plus