

Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz
Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz
Band: 89 (1980)
Heft: 1

Artikel: Macht Lärm krank?
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-556244>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Macht Lärm krank?

Der Lärm ist zu einer Plage unserer Zivilisation geworden. Die wachsende Belästigung der Bevölkerung durch den Lärm ist vor allem durch die starke Zunahme des Strassen- und Luftverkehrs (besonders in den letzten zwanzig Jahren), aber auch durch die fortschreitende Industrialisierung und die steigende Verwendung technischer Geräte verursacht worden. Lärm trifft den Menschen nicht allein am Arbeitsplatz, sondern mehr und mehr auch in seiner Wohnung während der Nachtruhe und bei der Erholung. Im dichtbesiedelten Gebiet wirkt er sich besonders störend aus. Die Auswirkungen des Lärms kennen wir alle aus eigener Erfahrung: Schlafstörungen, Erschwerungen bei der Arbeit, Störung von Gesprächen oder auch lästiger Lärm in der Freizeit. Beeinträchtigen nun aber solche Auswirkungen bereits die Gesundheit?

Die gesundheitlichen Folgen des Lärms sind wissenschaftlich noch nicht ausreichend untersucht worden. Mit Sicherheit weiß man jedoch, dass sich die dauernde Einwirkung von Lärm gesundheitsschädigend auswirkt, wobei je nach Stärke und Art der Lärmbelästigung unterschiedliche Auswirkungen zu erwarten sind. In physiologischen Untersuchungen wurde festgestellt, dass die Exposition zu Lärm eine

- Erhöhung des Blutdrucks,
 - Beschleunigung der Herzschlagfrequenz,
 - Steigerung des Stoffwechsels,
 - Abnahme der Tätigkeit der Verdauungsorgane,
 - Erhöhung des Liquordrucks im Gehirn und
 - Steigerung der Spannung der Muskulatur
- zur Folge hat.

Die Schweizerische Gesellschaft für Umweltschutz (SGU) ist eine Organisation, die sich für die Realisierung eines wirksamen Umweltschutzes und die konsequente Durchführung des Verursacherprinzips einsetzt. Sie verfolgt keine wirtschaftlichen Interessen und ist politisch neutral.

Im Mittelpunkt ihrer Aktivitäten stehen die Umweltschutz-Gesetzgebung,

die Verkehrs-, Energie- und Landwirtschaftspolitik sowie die Auswirkungen von Chemikalien auf Natur und Mensch.

Dem Vorstand der Schweizerischen Gesellschaft für Umweltschutz gehören zahlreiche anerkannte Fachleute und Politiker an. Als Mitglieder können ihr sowohl natürliche wie juristische Personen beitreten.

Die Gesamtheit dieser Reaktionen sind Symptome einer allgemeinen Alarmreaktion des Organismus, welche durch einen erhöhten Reizzustand des vegetativen Nervensystems ausgelöst und gesteuert wird. Diese vegetativ gesteuerten Alarmreaktionen treten ohne Beteiligung des Bewusstseins auf; sie sind ein Schutzmechanismus des menschlichen Organismus gegen Gefahr, welcher sämtliche Organe für den Kampf, die Flucht oder die Abwehr umstimmt und einstellt. Das Ohr ist in erster Linie eine Alarmanlage, welche den Menschen über Gefahren orientieren soll. Diese ursprünglich wichtigste Funktion des Gehörorgans ist bis heute erhalten geblieben. Das gehäufte Auftreten dieser Alarmreaktionen in unserer lärmreichen Zeit wirkt sich jedoch auf die Gesundheit schädlich aus.

Prof. Dr. med. M. Bleuler fasst die Auswirkungen des Lärms auf die Gesundheit wie folgt zusammen:

«Ganz starker Lärm gefährdet das Gehör und kann Ohrensausen, Schwerhörigkeit und sogar Taubheit zur Folge haben. Lärm wie Strassen- oder Fluglärm vermag das Gehör noch nicht dauernd zu schädigen, aber er hat andere und vielfältige gesundheitliche Folgen:

Bei vielen stört er den Schlaf, und Schlafmangel stört das Wohlbefinden in mannigfacher Art: Er macht müde, reizbar, anfällig für Kopfweh und manches andere mehr.

Schlaflosigkeit wiederum verführt dazu, Schlafmittel zu nehmen, deren langdauernder Gebrauch gesundheitsschädigend ist.

Lärm wirkt auf vielerlei körperliche Vorgänge, auf das *psychische Befinden*,

den und auf die Beziehung der Menschen zueinander. Er wirkt grundsätzlich ähnlich wie Überanstrengung, Gehetztheit, Angst, Erregung, Belastung jeder Art («Stress»). Die Empfindlichkeit auf Lärm und die Art seiner Wirkung ist von Mensch zu Mensch verschieden. Lärm ist ein Teil der Belastung, die auf dem Menschen von heute liegt, und ihm ist gar manches ganz oder teilweise zuzuschreiben: Ermüdbarkeit, Reizbarkeit, Missbehagen, Kopfweh, viele der sogenannten psychosomatischen Krankheiten. Lärm bildet einen Teil der Ursachen des massenhaften Missbrauchs von Beruhigungsmitteln aller Art.

Furchtbar schmerhaft ist die Beobachtung, dass Unbemittelte und geistig Schwerbewegliche in Lärmquartieren bleiben müssen, während Bemittelte und Planungsfreudige sich in ruhige «Wohnquartiere» flüchten. Strassenlärm droht zwei Klassen von Bürgern zu schaffen – Bevorzugte und dem Lärm Ausgesetzte.»

Der Anteil der Bewohner von sogenannten «Lärmquartieren» in der Schweiz ist hoch. Dies schreibt der Bundesrat selbst in seiner «Botschaft über die Volksinitiative gegen den Strassenlärm» vom 1. November 1978: «... Geht man von neueren Berechnungen aus, wie sie im Rahmen der Arbeiten zu einer Gesamtverkehrskonzeption sowie durch das Eidgenössische Amt für Umweltschutz durchgeführt wurden, so zeigt sich, dass in der Schweiz heute 25–30 % aller Einwohner tagsüber einem Verkehrslärm von über 60 dB(A), 10–15 % sogar einem solchen von über 65 dB(A) ausgesetzt sind. Immissionen von über 60–65 dB(A)

tagsüber liegen bereits im kritischen Bereich der Zumutbarkeit . . .» Eine Untersuchung über die «Belästigung der Anwohner verkehrsreicher Strassen durch Lärm und Luftverschmutzung», die kürzlich vom Institut für Hygiene und Arbeitsphysiologie der ETH in der Stadt Zürich durchgeführt wurde, gibt Auskunft darüber, wie stark sich die vom Lärm betroffenen Anwohner gestört fühlen, und mit welchen «Massnahmen» sie sich gegen die Störung zur Wehr setzen:

- Zwischen 40 und 60 % der Anwohner sind tagsüber, über 50 % nachts «stark» gestört.
- Rund ein Drittel klagen über Schlafstörungen, etwa die gleiche Anzahl nehmen Schlaf- und Beruhigungsmittel.
- Über 60 % halten die Fenster auch tagsüber geschlossen.
- Bei etwa 25 % werden die Kommunikationsfunktionen gestört.
- Rund ein Drittel hat Wegzugsabsichten wegen des Lärms.

Die Behörden stehen der zunehmenden Lärmentwicklung eher hilflos gegenüber. Die Gründe dazu liegen einerseits in den fehlenden oder ungenügenden gesetzlichen Grundlagen sowie in der Unübersichtlichkeit des öffentlichen Rechts (jeder Kanton, jede Gemeinde kennt wieder andere Vorschriften). Andererseits wurden in der Vergangenheit – und zum Teil auch heute noch – Fehlplanungen gemacht, die man mit teuren und technisch aufwendigen Massnahmen zu korrigieren versucht (Lärmschutzwände, Schallschutzfenster, Tunnelierung oder Überdeckung von Strassen usw.). Darum ist die Bekämpfung des Lärms an der Quelle (dort, wo er verursacht wird, also am Fahrzeug, Flugzeug, den Baumaschinen usw.) wichtig und die wirksamste und zugleich billigste Massnahme. Das neue Umweltschutzgesetz wird diesbezüglich eine wichtige Rolle spielen, weil damit erstmals Vorschriften über die höchstzulässigen Lärmgrenzwerte erlassen werden können.

Angesichts der Kompliziertheit der Lärmvorschriften und der Passivität vieler Vollzugsbehörden (Kantone, Gemeinden) sind heute viele Lärmbe troffene geneigt, den Lärm passiv zu erdulden, statt von den bestehenden Möglichkeiten, eine Verbesserung durchzusetzen, Gebrauch zu machen; nicht jeder Lärm muss einfach hingenommen werden! *Die Schweizerische Gesellschaft für Umweltschutz (SGU) hat darum einen Beratungs- und Auskunftsdiensst für Lärmfragen eingerichtet (Lärm-Ombudsmann).* Die Unterstützung bei der Behandlung konkreter Lärmprobleme durch den SGU Ombudsmann soll dazu beitragen, dass diese passive Duldung einer aktiveren Haltung der Lärmgeplagten Platz macht. Dies ist ganz besonders auch aus medizinischer Sicht angezeigt. Der Ombudsmann ist über Telefon 01 32 28 26 erreichbar. Bei der SGU können auch Unterlagen über die Bekämpfung des Lärms angefordert werden. Die Adresse lautet: SGU, Postfach, 8032 Zürich.

Eine aussergewöhnliche Frau

Einen Augenblick lang trat sie ins Rampenlicht der Öffentlichkeit, Mutter Teresa, als sie letzten Herbst den Friedensnobelpreis zuerkannt erhielt. Wer ist diese Frau, die als Nonnentracht einen weissen Sari trägt?

Ihr Lebenslauf ist bald erzählt: Am 27. August 1910 in Skoplje (Jugoslawien) geboren, besucht sie dort die Schulen. Sie fühlt sich früh zu einem religiösen Leben hingezogen und unter dem Eindruck von Berichten aus der Arbeit von jugoslawischen Jesuiten, die soeben in Indien zu arbeiten begonnen hatten, beschliesst das junge Mädchen, als Nonne in die Mission zu gehen. Sie wird zu den Loretto-Schwestern geschickt, die ebenfalls in Kalkutta tätig sind. Diesem Orden dient sie 20 Jahre lang, bis 1948, als Lehrerin an einer höheren Töchterschule.

Doch als sie auf einem Gang in ein Elendsviertel die unsägliche Not der unteren Schichten erkennt, fühlt sie sich berufen, unter diesen leiblich, geistig und seelisch Ärmsten zu leben und ihnen durch ihre Hilfe das Licht christlicher Liebe zu bringen. Sie erhält die Erlaubnis, aus dem Orden auszutreten und allein ausserhalb des Klosters zu leben. Diesen Schritt vollzieht sie am 8. August 1948.

Nachdem sie sich bei Missionskenschwestern einige Pflegekenntnisse erworben hatte, eröffnet sie noch im gleichen Jahr ihre erste Slumschule. Diese ist vielleicht eher als Hort anzusprechen: die Kinder lernen das Alphabet, aber auch Grundregeln der Hygiene, und vor allem können sie sich hier geborgen und angenommen fühlen, statt auf den Strassen herumstreunen zu müssen.

Damit nahm ein grosses Werk seinen Anfang, das nicht auf Kalkutta beschränkt blieb: Indien, Venezuela, Tansania, Italien, Irland, Australien, Bangladesh, Gaza, Jemen, Peru, Äthiopien, Papua-Neuguinea waren weitere Stationen, wo Mutter Teresa und ihre Helferinnen Zeichen setzten: Schulen, Heime, Spitäler, Häuser für Sterbende, Aussätzigen-Kolonien . . . heute unterhält der Orden 158 Häuser in aller Welt.

Mutter Teresa hatte 1950 die Kongregation der «Missionarinnen der Nächstenliebe» gegründet, die 1963 einen männlichen Zweig erhielt. Es besteht auch eine «Internationale Vereinigung der Mitarbeiter Mutter Teresas», der Frauen, Männer und Kinder aller Konfessionen beitreten können, die sich im gleichen Geist betätigen oder Fürbitte leisten wollen.