

## 59. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP)

14. bis 17. März 2018 in Dresden

### **Stadtluft zu schmutzig für Sport und Bewegung Schadstoffe belasten Herz und Lunge bei körperlicher Aktivität**

**Berlin – Wer regelmäßig spazieren geht, joggt oder mit dem Rad fährt, um sich fit zu halten, sollte auf der Trainingsroute stark befahrene Straßen meiden. Ein Londoner Forschungsteam fand heraus, dass geringgradige körperliche Aktivität in der Nähe stark befahrener Straßen die positive Wirkung der Bewegung auf Atemwege und Symptome von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zunichtemacht (1). Dies gilt vor allem für Menschen, die bereits mit einer Herz- oder Lungenerkrankung vorbelastet sind. Anlässlich ihres 59. Kongresses fordert die DGP die Regierung auf, mehr Maßnahmen für eine bessere Luftqualität in Großstädten zu ergreifen. Auf einer Pressekonferenz am 7. März in Berlin erklären Experten, was Stadtbewohner tun können, um sich vor Luftschadstoffen zu schützen.**

Im Rahmen der Studie unternahmen 120 Männer und Frauen im Abstand von drei bis acht Wochen zwei zweistündige Spaziergänge. Einer führte Sie entlang der stark befahrenen Oxford Street, der andere durch den Hyde Park. Unter Probanden befanden sich sowohl gesunde Freiwillige als auch Patienten mit chronischen Herz- und Lungenerkrankungen. Vor und nach den Spaziergängen untersuchten die Studienautoren Herz und Lunge der Teilnehmer. Bei allen Probanden verbesserte sich nach dem Spaziergang im Hyde Park die Lungenfunktion. Bei den kranken Teilnehmern mehrten sich Symptome wie Husten, Auswurf und Atemnot bei der Wanderung entlang der mit schlechter Luft belasteten Oxford Street. „Bei körperlicher Aktivität wird mehr und tiefer eingeatmet, so dass mehr ungefilterte Schadstoffe aufgenommen werden“, erklärt Dr. Joachim Heinrich von der Ludwig-Maximilians-Universität München. „Diese Schadstoffbelastung kann die positiven Effekte der körperlichen Aktivität wieder zunichtemachen.“

---

#### ANSCHRIFT

Deutsche Gesellschaft für Pneumologie  
und Beatmungsmedizin e.V.  
Robert-Koch-Platz 9  
10115 Berlin

---

#### GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND

Prof. Dr. med. K. F. Rabe, Präsident  
Prof. Dr. med. M. Pfeifer, Stellv. Präsident  
Prof. Dr. med. F. J. F. Herth, Generalsekretär  
PD Dr. med. T. Köhnlein, Schatzmeister  
Prof. Dr. med. B. Jany, Pastpräsident

---

#### VEREINSREGISTER

Vereinsregister-Nr.  
Vereinsregister des Amtsgerichts  
Marburg: VR 622

---

#### STEUERNUMMER & GLÄUBIGER-ID

Steuernummer: 031 250 56643  
Gläubiger-ID: DE26ZZZ00000492746

Wie schädlich Abgase für die Gesundheit sind, hat die European Study of Cohorts for Air Pollution Effects (ESCAPE) untersucht. Mehrere Forschungsteams analysieren dabei Daten aus 22 europäischen Kohorten. Bei gesunden Probanden, die einer erhöhten Konzentration von PM<sub>10</sub>-Feinstaub-Partikeln ausgesetzt waren, ergab die Auswertung nach fast 13 Jahren Beobachtungszeit ein um 22 Prozent erhöhtes Lungenkrebs-Risiko. Weitere Untersuchungen dieses Konsortiums zeigen auch, dass Feinstaub und Stickoxide sich negativ auf die Lungenfunktion auswirken. „Für gesunde Menschen, schätzen wir die Schadwirkung durch Abgase als nicht sehr hoch ein“, sagt Heinrich. „Einige Bevölkerungsgruppen sind aber durch Luftschadstoffe besonders gefährdet. Dazu gehören Kleinkinder und Menschen mit chronischen Erkrankungen wie Asthma, COPD, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die eines besonderen Schutzes bedürfen.“

Im Vergleich zu Stickoxiden und Ozon halten Experten Feinstaub für den gefährlicheren Luftschadstoff. Die Ergebnisse der ESCAPE-Studie erhärten den Verdacht, dass die Partikel auch unterhalb der gesetzlich vorgeschriebenen Grenzwerte gesundheitsschädlich sind. „Niemand kann sich der Belastung durch Luftverschmutzung vollständig entziehen“, betont DGP-Experte Heinrich. „Deshalb müssen Städte und Gemeinden Maßnahmen ergreifen, die die Luftqualität in Ballungsräumen verbessern.“ Einzelpersonen können sich schützen, indem sie stark befahrene Straßen meiden. Freizeitsportler sollten bevorzugt abseits des Straßenverkehrs trainieren.

## Quellen

- (1) Rudy Sinharay et al. Respiratory and cardiovascular responses to walking down a traffic-polluted road compared with walking in a traffic-free area in participants aged 60 years and older with chronic lung or heart disease and age-matched healthy controls: a randomised, crossover study. Lancet 2018; 391: 339–49

## **Kontakt:**

Lisa Ströhlein | Stephanie Balz

Kongress-Pressestelle

Postfach 30 11 20 | 70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-459 | -168

[stroehlein@medizinkommunikation.org](mailto:stroehlein@medizinkommunikation.org)

[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)