



Klimaschutz, Gesundheit und Medizinalwesen sind eng verbunden

(Teil 1)

René Jaccard

«Wir sind auf der Autobahn zur Hölle, mit dem Fuss auf dem Gaspedal» brachte es Antonio Guterres, UNO-Generalsekretär, an der Welt-Klimakonferenz COP 27 auf den Punkt (2022, Sharm el Sheik). Und Dr. Tedros, WHO-Direktor, hat mitten in der Pandemie anlässlich der COP 26 bekräftigt: *“Die auf uns zukommenden Gesundheitsfolgen des Klimawandels sind die grösste medizinische Herausforderung des 21. Jahrhunderts“* (2021, Glasgow). Tatsache ist: Im vergangenen, ersten Nach-Pandemiejahr hat die Anreicherung der Treibhausgase in der Atmosphäre weiter exponentiell zugenommen; und schon jetzt sehen wir uns enormen, durch die Klimakrise bedingten, medizinischen Folgen gegenüber (zur Übersicht der Folgen siehe [HIER](#)). Die Zusammenhänge zwischen Klimakrise und Gesundheit gehen uns alle an, werden aber auffällig wenig thematisiert. Dabei sind gerade wir als Ältere anfällig auf Klima-bedingte Erkrankungen (denken Sie an die Klage der Klima-Seniorinnen vor dem EU-Gerichtshof), und noch viel gefährdeter sind die ganz Jungen, also unsere Enkelkinder. Wir liegen also sicher nicht falsch, wenn wir uns Sorgen machen! Was tun? Halten wir es mit Greta Thunberg: *„Follow the science!“*

Die Klimawissenschaften stellen klar, dass 80% der gegenwärtig bekannten Reserven von fossilen Brennstoffen ungebraucht im Erdreich verbleiben müssen, wenn wir die Klimaziele der COP 21 (2015, Paris) erreichen wollen. Daraus lassen sich einfach zu definierende Leitlinien für die nötigen Massnahmen ableiten. Die Medizin wiederum benennt Bereiche, wo wir Menschen unsere Gesundheit fördern und Krankheiten vermeiden können. Drei solche Bereiche führen direkt zu schlagkräftigen *Win-Win-Situationen*: Ernährung, Bewegung und Atemluft. Hier also bietet sich die Gelegenheit zu Klima- und Umweltschutz sowie Gesundheitsförderung in Einem.

Bewegung liegt in der Natur des Menschen – wir sind zum Laufen und geschickten Gebrauch unserer Hände befähigt; und nur schon den Bewegungsdrang unserer Jungen zu beobachten, macht Freude. Bewegung hilft aber auch, gesund zu bleiben; die wissenschaftliche Evidenz hierzu ist überwältigend (Stichworte: verbesserte Herz-Kreislauf-, Stoffwechsel- Gesundheit, psychisches Wohlbefinden). So ist zB. ein realistisches Ziel für unsere Klima-Grosseltern-Altersklasse, 4000-6000 Schritte pro Tag zu gehen.

Aktive Fortbewegung resp. Langsamverkehr (wozu auch Velofahren gehört) ist jedoch nicht nur nachweislich gesund, sondern kann auch einen namhaften Beitrag zur Dekarbonisierung der Mobilität beitragen: 59% der Autofahrten in Westeuropa führen über weniger als 8 km, könnten also mit eigener Kraft gemacht werden.

Dekarbonisieren, also der Verzicht auf fossil betriebene Maschinen und Heizsysteme, heisst neben Verlangsamung zahlreicher Vorgänge und haushälterischem Umgang mit elektrischer Energie auch ganz besonders, dass die *Luft(Lärm)verschmutzung* rasch und weitgehend gestoppt wird! Die beim Verbrennen von fossilen Brennstoffen entstehenden Luftschadstoffe können – anders als das gleichzeitig freigesetzte, äusserst langlebige Treibhausgas CO₂ – innert Wochen bis wenigen Monaten abgebaut werden. Was bedeutet: die enorme Krankheitslast wie auch die grosse Zahl von Todesfällen durch verschmutzte Luft (s. [Fact-Sheet](#)) werden in der Folge der markanten Dekarbonisierung abnehmen .

Zögern wir also nicht - betreiben wir Gesundheitsförderung: Streifen wir durch die nahen Wälder, picknicken wir mit Kindern und Bekannten in der Umgebung, machen wir Einkäufe in der Nähe und zu Fuss; setzen wir uns an unserem Wohnort ein für verbesserte Bedingungen für den Langsamverkehr; und unterstützen wir die Transition weg von den fossilen Energieträgern: zB. an der Urne durch ein JA am 18. Juni zum Klimaschutz-Gesetz!

(Fortsetzung folgt, ua. zur Ernährung)