

SÜDKURIER Medienhaus -

URL: <http://www.suedkurier.de/region/konstanz/art1077,2153494.html>

In der Lärmfalle

08.08.2006 05:16

Psychiatrieprofessor Volker Faust über die Folgen von Lärmstress



Bild: Swiss Burnout Vor allem Verkehrslärm nervt, sagt Psychiatrieprofessor Volker Faust. Konstanz will die Stadt mit einer "Flüsterverordnung" für Konzerte beruhigen. Ab 23 Uhr sollen die Boxen schweigen.

Wir laufen in eine Lärmfalle, sagt Psychiatrieprofessor Volker Faust von der Arbeitsgemeinschaft psychosoziale Gesundheit. Er beschäftigt sich seit geraumer Zeit mit Lärm und seine Auswirkungen auf die seelische Gesundheit.

Die Klagen über Lärm steigen. Sind die Menschen empfindlicher geworden oder sind die Lärmbelastungen so drastisch gestiegen?

Lärm gilt inzwischen als Umweltproblem Nummer eins. Mehr als zwei Drittel der Bundesbürger fühlen sich durch ihn belästigt. Wir laufen in eine Lärmfalle. Unbemerkt drohen Belastungen durch Schall unser höchstes Gut zu ruinieren - die Gesundheit.

Ab wann wird denn Lärm als störend erlebt?

Ein Geräusch wird vor allem dann als Lärm wahrgenommen, wenn es als vermeidbar oder nicht sinnvoll erlebt wird. Wie der Einzelne die Lärmbelästigung empfindet, hängt auch ab von Alter, Geschlecht, Milieu-Zugehörigkeit und nationalen Mentalitäts-Unterschieden. Die einen empfinden Lautstärke als Äußerung von Lebensfreude, die anderen als unbeherrscht und störend. Lärm kann übrigens auch Menschen schädigen, die Freude am Geräuschvollen haben.

Die Menschen fühlen sich durch Lärmbelastungen zunehmend beeinträchtigt. Welcher Lärm macht Ihrer Meinung nach wirklich krank?

Das ist individuell. Der Verkehrslärm liegt aber mit an erster Stelle, weil er einerseits zermürbt, aber andererseits nicht verzichtbar ist. Das erinnert mich an ein Transparent mit dem Satz: "Klagt nicht über den Stau, Ihr seid selbst der Stau." Genauso verhält es sich mit dem Lärm.

Warum macht Lärm krank, auch wenn er keine organischen Schäden am Ohr verursacht?

Überlautes provoziert eine verstärkte Ausschüttung von Stresshormonen. Der Körper schaltet auf Alarmmodus. Hält dieser über längere Zeit an, ist die körpereigene Abwehr beeinträchtigt. Ständige Lärmeinwirkung führt also zur verstärkten Infekt-Anfälligkeit, außerdem steigt das Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen. Auch die Leistungsfähigkeit und vor allem die Kreativität schwinden. Das Ohr leitet alle akustischen Informationen automatisch zur Verarbeitung ans Gehirn weiter, und zwar unabhängig davon, ob der Lärm bewusst wahrgenommen wurde oder nicht. Das heißt, das Gehirn registriert akustische Einflüsse, auch wenn der Betroffene meint, die Schall-Belästigung sei gerade noch tragbar.

Wenn Lärm so schädlich ist? Warum haben dann so viele Menschen Lust am lärmenden Rummel?

Wo Menschen sind, da wird es laut. Aus psychologischer Sicht ist Lärm ein uraltes Mittel der Angstabwehr. Lärm hat seine sinnvollen Funktionen. Doch, auch der moderne Mensch braucht stille Erholungsräume, die er heute aber immer seltener findet.

Was können Menschen tun, die sich Lärm hilflos ausgeliefert fühlen? Würde beispielsweise eine Tempo-30-Verordnung innerorts Entlastung bringen?

Ja, wenn sie auch wirklich eingehalten würde.

Die Fragen stellte

Claudia Rindt

Alle Rechte vorbehalten.

Copyright © 2006 SÜDKURIER GmbH Medienhaus - Alle Rechte vorbehalten.
Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung durch das SÜDKURIER Medienhaus