

Medienmitteilung

Zürich, 29. Juni 2021

Ozonwerte im Auge behalten und unbeschwert den Sommer im Freien geniessen

In den Sommermonaten kann nicht nur die Hitze unsere Gesundheit beeinträchtigen, sondern auch Ozon (O₃). Zu hohe Werte des aggressiven Reizgases werden verstärkt an langen heissen Sommertagen mit viel Sonnenschein und wenig Wind in unserer Luft gemessen. Die Ozon-SMS, initiiert vom Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ) und LUNGE ZÜRICH, informiert im Falle einer hohen Ozonkonzentration.

Die sommerlichen Temperaturen ziehen die Schweizer Bevölkerung an die frische Luft. Viele geniessen die sonnigen Sommertage mit Aktivitäten im Freien. Doch wie frisch ist die Luft wirklich? Mit der Hitze und Sonneneinstrahlung steigt auch gleichzeitig die Ozonkonzentration. Es lohnt sich, die Werte über den Sommer nicht aus den Augen zu verlieren. Viele erwachsene Personen und auch Kinder reagieren gegenüber hohen Ozonwerten empfindlich und es treten gesundheitliche Beschwerden auf.

Sommersmog

Von Sommersmog spricht man, wenn an windstillen, heissen Sommertagen starke Sonnenstrahlung auf Luftverschmutzung trifft und sich dabei Ozon bildet. An sonnigen Sommertagen kann sich somit die Ozonkonzentration über den Tag soweit erhöhen, dass der Schweizer Grenzwert von 120 µg/m³ überschritten wird. In der Stadt Zürich kommt es im Sommerhalbjahr immer noch häufig zur Überschreitung des Grenzwertes. Gemäss Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ) war dies 2020 in der Region Zürich an circa 50 Tagen der Fall. Die höchsten Ozonkonzentrationen werden dabei in der Umgebung von Ballungsgebieten erreicht. Hauptverursacher der Vorgängerschadstoffe sind die Abgase des motorisierten Verkehrs, die Industrie und das Gewerbe. «Die Ozonwerte können lokal zum Teil recht unterschiedlich ausfallen. Es lohnt sich, besonders bei einer bekannten Ozonüberempfindlichkeit, die vor Ort auftretende Konzentration abzuklären», erklärt Noël Rederlechner, wissenschaftlicher Mitarbeiter beim Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich.

Auswirkungen auf die Gesundheit

Ozon kann tief in die Lunge vordringen und für Gewebeschäden, Reizungen und Entzündungen sorgen. Ein hohe Ozonbelastung in der Luft kann beispielsweise zu Augenbrennen, Reizung der Schleimhäute, Entzündungen der Atemwege, verstärkten Atemwegsbeschwerden und Einschränkung der Lungenfunktion führen. Die Wirkung hängt von der Ozonkonzentration, der Aussetzungsdauer und der Intensität der ausgeübten Tätigkeit ab. Die Beschwerden lassen im Normalfall mit sinkender Ozonbelastung schnell wieder nach; gegen Abend mit der sinkenden Temperatur, beim Wechsel des Aufenthaltsortes in einen Innenraum oder wenn die körperliche Anstrengung reduziert wird. Bei wiederholt auftretenden Beschwerden ist ein Besuch beim Arzt empfohlen. Die Folgen von Sommersmog kann jede Person treffen, die im Freien aktiv ist. Besonders spüren es gemäss dem Bundesamt für Umwelt (BAFU) allerdings Herzkreislauf-Erkrankte, Asthmatiker aber auch Kinder.

Verhalten im Sommer anpassen

Generell sind ähnliche Massnahmen empfohlen wie bei Hitzetemperaturen. Sport und anstrengende Aktivitäten sollten, wenn immer möglich, in den Morgenstunden betrieben werden. Die Mittagshitze meiden. Für den Sportunterricht an Schulen sowie Sportanlässen wird geraten, die ausdauerintensiven Disziplinen am Morgen durchzuführen und auf keinen Fall Leistungsdruck auszuüben. Aufgrund der tieferen Schadstoffbelastung und kühleren Temperaturen bietet der Wald ausserdem eine ideale Alternative zum Sportplatz in der prallen Sonne. Weiter sollten Kinder nicht vom Spielen im Freien abgehalten werden. Wenn Beschwerden auftreten, reicht meist der Gang in einen Innenraum oder die Reduzierung der körperlichen Anstrengung, um sie zu lindern.

Kostenlose Ozon-SMS

Wer sich über die aktuelle Ozon-Konzentration in der Stadt Zürich informieren möchte, kann sich für den Ozon-SMS-Dienst anmelden. Dieser wurde vom Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ) und LUNGE ZÜRICH ins Leben gerufen. Ozonempfindliche Personen, Eltern, Lehrpersonen und andere Interessierte können sich dafür kostenlos unter www.stadt-zuerich.ch/sms anmelden. Einen schweizweiten Überblick bieten die [Webseite des BAFU](#) sowie die Smartphone-App [airCheck](#) von ozon-info.ch.

LUNGE ZÜRICH: Hilft. Informiert. Wirkt.

Der Verein Lunge Zürich engagiert sich seit mehr als 100 Jahren für gesunde Lungen und hohe Lebensqualität für Lungenkranke. Er ist der Ansprechpartner für alle Fragen im Bereich Lunge, Lungengesundheit, Luft sowie Atmung und erbringt umfassende Dienstleistungen in der Beratung und Betreuung von Menschen mit Lungenkrankheiten wie COPD, Asthma, Tuberkulose oder Schlafapnoe.

Mit seinem Angebot erhält und verbessert der Verein die Lebensqualität von lungenkranken Menschen sowie deren Angehörigen und leistet einen wichtigen Beitrag zur Vermeidung, Früherkennung und Erforschung von Lungenkrankheiten sowie zur Sicherstellung von guter Luftqualität.

Der Verein Lunge Zürich ist eine Non-Profit-Organisation und tritt unter dem Namen LUNGE ZÜRICH auf. www.lunge-zuerich.ch

Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ)

Der Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ) setzt sich für die Gesundheit und die Lebensqualität der Bevölkerung ein. Ziel sind der Schutz der Umwelt und der Erhalt der natürlichen Lebensgrundlagen in der Stadt Zürich. Der UGZ hat eine führende Rolle in den Themen Umwelt, Klima, Energie und Gesundheitsschutz und sorgt für den Vollzug von übergeordnetem Umweltrecht, so zum Beispiel in den Bereichen Luftreinhaltung.

Bildmaterial

Passendes Bildmaterial steht unter dem folgenden Link zum Download bereit:

<https://we.tl/t-GjMV8A4he8>

Kontakt

Claudia Wyrsch, Leiterin Kommunikation und Marketing
Telefon 044 268 20 08, pr@lunge-zuerich.ch