

Medienmitteilung

Zürich, 15. Juni 2023

Unbeschwerte Sommertage trotz erhöhten Ozonwerten geniessen

Wir konnten es alle kaum erwarten, endlich sind die Temperaturen gestiegen und der Sommer zeigt sich in seiner ganzen Pracht. Hitze und zu hohe Ozonwerte können diese Freude jedoch trüben. Sind die Sommertage von viel Sonnenschein und wenig Wind geprägt, werden zu hohe Werte des aggressiven Reizgases 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? Die Hitze und Sonneneinstrahlung lassen die Ozonkonzentration in die Höhe steigen. Es lohnt sich, die Werte über den Sommer im Auge zu behalten. Viele Menschen reagieren gegenüber hohen Ozonwerten empfindlich und es treten gesundheitliche Beschwerden auf.

Sommersmog statt Sommerfreude

Trifft an windstillen, heissen Sommertagen starke Sonnenstrahlung auf Luftverschmutzung, bildet sich Ozon – man nennt dies auch Sommersmog. An sonnigen Sommertagen kann sich die Ozonkonzentration über den Tag soweit erhöhen, dass der Schweizer Grenzwert von $120 \mu\text{g}/\text{m}^3$ überschritten wird. Während des Sommerhalbjahres werden die Grenzwerte in der Stadt Zürich noch immer häufig überschritten. Gemäss Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ) war dies im Jahr 2022 in der Region Zürich an circa 59 Tagen der Fall. In den Ballungsgebieten werden dabei die höchsten Ozonkonzentrationen erreicht. Die Abgase des motorisierten Verkehrs, der Industrie und des Gewerbes gehören zu den Hauptverursachern der Vorgängerschadstoffe. «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 der Stadt Zürich.

Auswirkungen auf die Gesundheit

Ozon kann tief in die Lunge vordringen und für Gewebeschäden, Reizungen und Entzündungen sorgen – zum Beispiel Augenbrennen, Reizung der Schleimhäute, Entzündungen der Atemwege, verstärkten Atemwegsbeschwerden und Einschränkung der Lungenfunktion. Die Ozonkonzentration, die Aussetzungsdauer und die Intensität der ausgeübten Tätigkeit haben einen Einfluss auf die Wirkung. Sinkt die Ozonbelastung, lassen die Beschwerden normalerweise schnell wieder nach. Man selbst kann nach Möglichkeit den Aufenthaltsort in einen Innenraum wechseln oder die körperliche Anstrengung reduzieren. Mit den sinkenden Temperaturen am Abend nimmt jeweils auch die Ozonbelastung wieder ab.

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, Asthmatikerinnen und Asthmatiker sowie Kinder.

LUNGE ZÜRICH

Sinnvolle Verhaltensanpassungen im Sommer

Generell sind ähnliche Massnahmen empfohlen wie bei Hitzetemperaturen. Die Mittagshitze sollte man meiden, speziell auch für Sport und andere anstrengende Aktivitäten. Diese betreibt man am besten in den Morgenstunden. Für den Sportunterricht an Schulen sowie Sportanlässen wird geraten, die ausdauerintensiven Disziplinen am Morgen durchzuführen und auf keinen Fall Leistungsdruck auszuüben. Der Wald bietet aufgrund der tieferen Schadstoffbelastung und kühleren Temperaturen 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

Personen, die sich für den Ozon-SMS-Dienst anmelden, werden bei einer Überschreitung der Grenzwerte informiert und können bei Bedarf ihr Verhalten oder ihre Pläne entsprechend anpassen. Der Ozon-SMS-Dienst wurde vom Umwelt- und Gesundheitsschutz der Stadt Zürich (UGZ) und LUNGE ZÜRICH ins Leben gerufen und ist kostenlos. Weitere Informationen zum Ozon-SMS sind unter www.stadt-zuerich.ch/sms zu finden. 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-1mAH1shxUo>

Kontakt

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