

Am Meer sind wir gesünder

Eine Studie aus 15 Ländern bestätigt bessere Gesundheit bei Menschen, die an der Küste leben oder diese besuchen

Küstenbewohner*innen und Urlauber*innen spüren es schon seit Jahrhunderten, aber Wissenschaftler*innen haben erst vor Kurzem begonnen, den möglichen Nutzen der Küste für unsere Gesundheit zu erforschen. Eine neue Studie unter der Leitung von Sandra Geiger von der Arbeitsgruppe Umweltpsychologie an der Universität Wien bestätigt unsere Intuition: Über 15 Länder hinweg zeigt sich, dass Menschen angeben, gesünder zu sein, wenn sie in der Nähe des Meeres wohnen oder sich am Meer aufhalten, unabhängig von Land und eigenem Einkommen.

Die Idee, dass die Nähe zum Meer die Gesundheit fördern kann, ist nicht neu. Bereits 1660 begannen Ärzt*innen in England, das Baden im Meer und Spaziergänge an der Küste als gesundheitsfördernd anzupreisen. Mitte des 18. Jahrhunderts wurden Kurbaden und Seeluft unter wohlhabenderen Bürger*innen in Europa allseits als gesundheitsfördernde Maßnahmen beliebt. Der technologische Fortschritt in der Medizin zu Beginn des 20. Jahrhunderts führte zu einem Rückgang dieser Praktiken, die jedoch seit Kurzem unter Ärzt*innen wieder an Bedeutung gewinnen.

Im Rahmen des von der EU-finanzierten Horizon 2020 Projekts Seas, Oceans, and Public Health In Europe unter der Leitung von Professorin Lora Fleming befragten Geiger und Kollegen von den Universitäten Wien, Exeter und Birmingham sowie von Seascape Belgien und dem European Marine Board über 15.000 Personen in 14 europäischen Ländern (Belgien, Bulgarien, Deutschland, Frankreich, Griechenland, Irland, Italien, Niederlande, Norwegen, Polen, Portugal, Spanien, Vereinigtes Königreich, Tschechien) und Australien zu ihrer Meinung über verschiedene Aktivitäten am Meer und deren Gesundheit.

Die in der Fachzeitschrift Communications Earth & Environment veröffentlichten Ergebnisse überraschten das Team. Erstautorin Geiger sagte: „Es ist erstaunlich, dass wir in allen 15 Ländern so einheitliche und klare Muster erkennen. Jede*r scheint von der Nähe zum Meer zu profitieren, nicht nur die Wohlhabenden. Auch wenn die Zusammenhänge eher gering sind, kann das Leben in Küstennähe und insbesondere der Besuch der Küste positive Auswirkungen auf die Gesundheit der Gesamtbevölkerung haben.“

Für politische Entscheidungen ist es ausschlaggebend den gesundheitlichen Nutzen der Küste für alle Mitglieder der Gesellschaft zu verstehen. Dr. Paula Kellett vom European Marine Board sagte: „Der beträchtliche gesundheitliche Nutzen, der durch einen gleichberechtigten und nachhaltigen Zugang zu unseren Küsten entsteht, sollten berücksichtigt werden, wenn Länder ihre maritimen Raumpläne entwickeln, den künftigen Wohnungsbedarf planen und den öffentlichen Verkehr ausbauen.“

Doch was bedeutet das für Binnenlandbewohner*innen wie Geiger und ihre Kolleg*innen in Österreich? „Mehrere Millionen Österreicher*innen und andere Mitteleuropäer*innen verbringen den Sommer am Meer, so dass auch sie einen Teil dieser Vorteile erleben können. Darüber hinaus beginnen wir auch, den ähnlich starken Zusammenhang zwischen Binnengewässern wie Seen und Teichen und unserer Gesundheit besser zu verstehen.“

Originalpublikation:

Publikation in Communications Earth & Environment:

Geiger, S. J., White, M. P., Davison, S. M. C., Zhang, L., McMeel, O., Kellert, P., & Fleming, L. E. (2023). Coastal proximity and visits are associated with better health but may not buffer health inequalities. Communications Earth & Environment.

DOI: 10.1038/s43247-023-00818-1