

## Verkehrslärm erhöht das Risiko für Suizid

**Psychische Erkrankungen betreffen nahezu eine Milliarde Menschen weltweit und sind einer der Hauptgründe für Suizid. Eine Studie des Schweizerischen Tropen- und Public Health-Instituts (Swiss TPH) hat jetzt aufgezeigt, dass das Risiko für Suizid steigt, wenn Menschen hohem Verkehrslärm ausgesetzt sind. Die Ergebnisse wurden heute in der Fachzeitschrift *Environmental Health Perspectives* veröffentlicht**

Psychische Erkrankungen betreffen nahezu eine Milliarde Menschen weltweit und sind einer der Hauptgründe für Suizid. In der Schweiz leiden schätzungsweise 1,4 Millionen Menschen unter psychischen Problemen, und etwa 1000 Menschen nehmen sich jedes Jahr das Leben. Umweltfaktoren wie Luftverschmutzung oder Lärm konnten bereits mit gesundheitsschädlichen Folgen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder einer generellen Beeinträchtigung des Wohlbefindens in Verbindung gebracht werden. Doch belastbare Belege für die Auswirkungen von Verkehrslärm auf die psychische Gesundheit sind rar.

Zum ersten Mal haben Forscherinnen und Forscher des Swiss TPH nun den Zusammenhang zwischen Verkehrslärm und Suiziden in der Schweiz untersucht. Für die heute in der Fachzeitschrift *Environmental Health Perspectives* veröffentlichte Studie analysierten sie Daten von 5,1 Millionen Erwachsenen in der Swiss National Cohort aus den Jahren 2001 bis 2015.

Die Studie ergab, dass die Verkehrslärmbelastung am Wohnort mit einem höheren Suizidrisiko einherging. Jeder Anstieg des durchschnittlichen Strassenverkehrslärms zu Hause um 10 dB erhöht das Suizidrisiko um 4%. Auch ein Zusammenhang mit Bahnlärm konnte beobachtet werden, allerdings weniger stark ausgeprägt. Die beobachteten Ergebnisse erwiesen sich auch nach der Berücksichtigung weiterer Faktoren wie Luftverschmutzung, Begrünungsgrad im unmittelbaren Wohnumfeld und verschiedenen sozio-ökonomischen Daten als solide.

### **Lärm ist ein permanenter Stressfaktor**

«Wir haben Suizide als Indikator für psychische Störungen verwendet, da wir in der Schweiz keine zuverlässigen Daten über psychische Diagnosen wie Depressionen oder Angstzustände haben», so Benedikt Wicki, Doktorand am Swiss TPH und Erstautor der Studie. «Lärm steigert die psychische Belastung und trägt zur Entstehung psychischer Erkrankungen bei bzw. verschlimmert bestehende Leiden.»

Zu den biologischen Mechanismen, die dazu führen, dass Lärm die psychische Gesundheit schädigt, gehören Schlafstörungen, eine gesteigerte Stresshormonausschüttung, Veränderungen der Hirnfunktion oder auch ein Gefühl von Kontrollverlust. «Unser Gehirn registriert Lärm als Zeichen einer potenziellen Bedrohung und aktiviert die Kampf-oder-Flucht-Reaktion. Ständiger Verkehrslärm zu Hause kann dazu führen, dass man unruhig wird und den Stress nicht mehr bewältigen kann», so Danielle Vienneau, Forscherin am Swiss TPH und leitende Autorin der Studie.

### **Daten aus 15 Jahren**

In der Studie wurden Daten von 5,1 Millionen Menschen ab 15 Jahren aus der Swiss National Cohort aus den Jahren 2001 bis 2015 genutzt. Die Forschenden verglichen sie mit der Lärmexposition durch

Verkehrsmittel wie Strassenverkehr, Eisenbahnen und Flugzeuge. Die Daten zur Lärmbelastung lagen für alle Haushalte in den Jahren 2001 und 2011 vor und wurden den Studienteilnehmenden auf der Grundlage ihres Wohnorts zugeordnet.

### **Lärmschutz zahlt sich aus**

Die Studie unterstreicht, wie wichtig es ist, die gesundheitlichen Auswirkungen von Verkehrslärm, Luftverschmutzung und Grünflächen in der Stadtplanung und der öffentlichen Gesundheitspolitik zu berücksichtigen.

«Unsere Studie stützt die wachsende Zahl von Evidenz dafür, dass chronische Lärmbelastung im Verkehr unser körperliches und geistiges Wohlbefinden beeinträchtigt», sagt Martin Röösl, Leiter der Einheit «Environmental Exposures and Health» am Swiss TPH. «Unsere Untersuchung zeigt, dass sich Lärmschutzmassnahmen wie Geschwindigkeitsbegrenzungen, leichtere Fahrzeuge sowie lärmarme Strassenbeläge und Reifen auszahlen.»

### **Über die Studie**

Die Studie wurde vom Schweizerischen Nationalfonds finanziert.

### **Originalpublikation:**

Wicki B et al. Suicide and Transportation Noise: A Prospective Cohort Study from Switzerland, Environmental Health Perspectives 2023. <https://doi.org/10.1289/EHP11587>