



Mobilität ist ein wichtiger Gesundheitsfaktor

Der Kfz-Verkehr verursacht derzeit durch Abgase, Lärm und Unfälle große Gesundheitsschäden. Versiegelte Verkehrsflächen verstärken die Hitzeeffekte, Platz- und Ressourcenverbrauch. Aber Mobilität kann auch einen großen Beitrag für gesündere Städte leisten.

Gesundheit und Mobilität sind eng miteinander verknüpft. Der Kfz-Verkehr gefährdet unsere Gesundheit. Abgase aus Verbrennungsmotoren zählen zu den Hauptverursachern von Luftschadstoffen wie Stickoxide oder Feinstaub, der zusätzlich auch unabhängig vom Antrieb bei allen Fahrzeugen durch Reifenabrieb entsteht. Der hohe Versiegelungsgrad durch Straßen und Pkw-Abstellplätze führt an heißen Tagen zu Hitzeinseln. Zudem verursachen Kraftfahrzeuge Lärm und sind für Verkehrsunfälle verantwortlich, die schwere oder gar tödliche Verletzungen zur Folge haben.

Wie Mobilität zu mehr Gesundheit beiträgt

Bewegungsaktive Mobilität wie Gehen und Radfahren fördert die Gesundheit. Regelmäßige Bewegung hilft unter anderem gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Typ 2 Diabetes, Adipositas, Demenz und andere chronische Erkrankungen und reduziert das Krebsrisiko.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt mindestens 150 Minuten moderate bis intensive körperliche Aktivität pro Woche, das sind etwas mehr als 20 Minuten pro Tag. Kinder und Jugendliche sollten sich mindestens 60 Minuten pro Tag bewegen.

Luftverunreinigung, Hitze und Lärm potenzieren Gesundheitsrisiken in Städten

Die verkehrsbedingte Luftbelastung in Großstädten ist aufgrund der Bevölkerungsdichte sowie hoher Bebauungsdichten besonders kritisch. Luftschadstoffe führen zur Beeinträchtigung der Atemwege, der Lungenfunktion und des Herz-Kreislauf-Systems. Fast die Hälfte der in Österreich anfallenden Stickstoffoxide werden vom Kfz-Verkehr verursacht. Darüber hinaus ist Feinstaub mit sehr kleiner Partikelgröße PM2,5 besonders gesundheitsgefährdend.

Auch die Verkehrsinfrastruktur in Städten und der daraus resultierende hohe Versiegelungsgrad mit im Sommer hoher Abstrahlungswärme und Hitzeeffekten wirken sich gesundheitsbelastend aus. In Wien hat sich die Anzahl der Hitzetage mit über 30 Grad Celsius seit dem Jahr 1961 auf über 20 Tage pro Jahr mehr als verdoppelt. Die zunehmende Hitze belastet das Herz-Kreislauf-System und verstärkt die schädlichen Effekte von Luftschadstoffen.

In Städten ist auch Lärm ein wichtiger gesundheitsbelastender Faktor, der maßgeblich durch den Verkehr verursacht wird. Lärm kann unter anderem zu Schlaf- und Konzentrationsstörungen führen. Neben der mentalen Gesundheit verursacht die chronische Belastung mit Lärm auch physische Erkrankungen wie Bluthochdruck, Typ 2 Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Rund ein Drittel der Bevölkerung

Vor allem der Kfz-Verkehr wirkt sich negativ auf Atemwege, Herz-Kreislauf aus. Bewegungsaktive Mobilität hingegen fördert die Gesundheit.

Österreichs war im Jahr 2019 in ihrer Wohnung von Lärm betroffen, bei 40 Prozent davon war Kfz-Verkehr die Hauptlärmquelle.

Immer mehr Städte reduzieren Verkehrsgeschwindigkeit

Je schneller gefahren wird, desto höher die Lärmbelastung. Straßen im Ortsgebiet, in denen Pkw mit 50 Kilometer pro Stunde unterwegs sind, sind um etwa drei Dezibel lauter als Straßen mit Tempo 30. Drei Dezibel mehr werden vom menschlichen Ohr als Verdoppelung der Verkehrsmenge wahrgenommen.

Paris hat im August 2021 flächendeckend Tempo 30 eingeführt, Ausnahmen bilden nur die Hauptverkehrsstraßen. Im Jahr 2024 werden sieben innerstädtische Stadtbezirke weitgehend autofrei. In Brüssel wurde schon mit Jänner 2021 großflächig Tempo 30 umgesetzt. Im ersten Jahr seit der flächendeckenden Einführung von Tempo 30 hat sich die Zahl der Verkehrstoten in Belgiens Hauptstadt halbiert. Die Zahl der Schwerverletzten ist um 20 Prozent gesunken, die Lärmbelastung um bis zu 4,8 Dezibel zurückgegangen.

Weniger Platz für Autos bringt Platz für alle

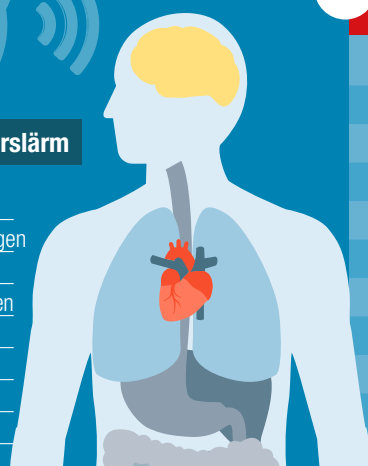
Weniger Kfz-Verkehr und geringere Geschwindigkeiten erhöhen nicht nur die Verkehrssicherheit, sondern auch die Nutzbarkeit des öffentlichen Raums. Den Platz um vielfältige Aktivitätszonen

Verkehr hat viele Gesundheitseffekte

Kfz-Verkehr verursacht

Feinstaub Stickstoffdioxid Ozon Verkehrslärm

■	Lungenerkrankung
■	Herzinfarktisiko, Herz-Kreislauf-Erkrankungen
■	Infektion Atemwege, Atemnot
■	chronischer Husten, Hals- und Augenreizungen
■	Bluthochdruck
■	Kopfschmerzen
■	Schlafstörung, Ermüdung
■	Konzentrationsstörung
■	Stress



Bewegungsmangel verursacht

Herz-Kreislauf-Erkrankungen
Stoffwechsel-Erkrankungen
angstgebundene Symptome
depressive Symptome
Bluthochdruck
Typ 2 Diabetes
erhöhtes Krebsrisiko
Thrombose- und Schlaganfallrisiko
Übergewicht
Verspannungen und Muskelskelett – Erkrankungen

Aktive Mobilität



Bewegung

stärkt Herz, Kreislauf, Ausdauer
fördert gesundes Körpergewicht
fördert Muskeln, Knochen und Fitness
erhöht Lebenserwartung
verbessert Schlafqualität
fördert psychisches Wohlbefinden
verbessert Zufriedenheit mit dem eigenen Körper
stärkt Konzentration

einzurichten, verbraucht in den meist dicht verbauten Städten derzeit der Kfz-Verkehr, der bislang überproportional stark Flächen in Anspruch nimmt. Während etwa in Wien nur 27 Prozent der Wege mit dem Auto zurückgelegt werden, beanspruchen Fahrspuren und Abstellflächen für Pkw etwa zwei Drittel der Straßenflächen. Die Initiative Park Day zeigt seit dem Jahr 2005 Möglichkeiten alternativer Nutzung von Parkflächen.

Städte stellen Verkehrsflächen für multifunktionale Nutzungen zur Verfügung

International öffnen immer mehr Städte bislang primär Autos vorbehaltene Flächen für andere Nutzungen. In Rom beispielsweise ist die Innenstadt seit 15 Jahren beinahe komplett autofrei. Die Zufahrt ist nur für Anwohnerinnen und Anwohner erlaubt. Paris soll sich langfristig zu einer 15-Minuten-Stadt entwickeln. In den einzelnen Stadtvierteln sollen sich Wohnraum, Einkaufsmöglichkeiten, Co-working Spaces für dezentrales Arbeiten, Gesundheitseinrichtungen sowie Kultur- und Freizeiteinrichtungen ergänzen, sodass fast alle Wege ohne Auto in weniger als 15 Minuten zu bewältigen sind. Das fördert nicht nur gesunde Mobilität, sondern auch soziale Kontakte die insbesondere für Kinder und Jugendliche wichtig sind.

Ein anderes Konzept verfolgt Barcelona. Die sogenannten „Superblocks“ schaffen Raum für Begegnungszonen innerhalb von maximal drei herkömmlichen Häuserblocks. Die Verkehrssicherheit und die Lebensqualität nimmt durch Superblocks stark zu.

Wie große Städte gesunde Mobilität forcieren

Amsterdam vergibt mittlerweile nur mehr sehr beschränkt Anwohnerparkausweise. Bis zum Jahr 2025 werden 11.000 Pkw Abstellplätze für breitere Gehwege, Radwege oder mehr Grün umgewidmet. Umweltzonen gibt es bereits in mehr als 250 EU-Städten mit beachtlichen Rückgängen der Stickoxid-Emissionen. In London ging die Zahl der Diesel-Pkw seit Ankündigung der Umweltzonen-Erweiterung im Jahr 2017 sechsmal schneller zurück als im Rest des Vereinigten Königreichs. Seit Einführung ist die Stickstoffdioxidbelastung im Zentrum Londons um 44 Prozent gesunken. In der seit dem Jahr 2018 geltenden Umweltzone

in Brüssel sank der Anteil der Diesel-Pkw Ende des Jahres 2020 unter 50 Prozent verglichen mit 62 Prozent vor der Schaffung der Umweltzone. Die Schweiz wiederum erreichte mit der Umsetzung eines Aktionsplans bereits im Jahr 2006 eine deutliche Senkung der Feinstaubmenge durch die konsequente Ausstattung von Diesel-Fahrzeugen mit Partikelfiltern.

Städte am Weg zur gesunden Mobilität

Seit dem Jahr 2005 gibt es für Städte die Möglichkeit mittels SUMP (Sustainable Urban Mobility Plans) auf Basis evaluierbarer Qualitätskriterien nachhaltige Mobilitätspläne auszuarbeiten. Sie sind Leitlinie zur Gestaltung klimaverträglicher und menschenorientierter Verkehrsplanung. In Österreich haben Wien, Graz, Salzburg, Klagenfurt, Schwechat und Perchtoldsdorf einen nachhaltigen urbanen Mobilitätsplan erstellt oder in Planung. In Europa sind es bereits mehr als tausend Städte.

100 klimaneutrale Städte bis zum Jahr 2030

Die Europäische Kommission hat für Mission „Klimaneutrale und intelligente Städte“ für die Periode der Jahre 2021 bis 2023 als Teil eines EU-weiten Förderprogramms 350 Millionen Euro für Forschung und Innovation in den Bereichen Mobilität, Energie und Stadtplanung budgetiert. Die Städte Klagenfurt, Linz und Graz in Österreich haben es in einer ersten Stufe in den Pool der 360 potenziell förderbaren europäischen Städte geschafft.

Die Umwandlung in gesunde Straßen und gesunde Plätze braucht mehr Platz für Gehen, Radfahren und den Öffentlichen Verkehr in den Städten.

