

UMWELTMEDIZIN

KlimaDocs

Mehr Gesundheit durch Klimaschutz!

Judith Mohren, Nathalie Tutzer, Köln

Ärztinnen und Ärzte rufen als KlimaDocs unter dem Motto „Mehr Gesundheit durch Klimaschutz“ zu entschlossenerem Handeln gegen den fortschreitenden Klimawandel auf. Denn mit diesem gehen auch zahlreiche negative Gesundheitsfolgen, wie Atemwegs-, Stoffwechsel-, Infektions- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Allergien und psychische Krankheiten, einher [6]. Der gemeinnützige KlimaDocs e.V. unterstützt Ärztinnen und Ärzten in ihrer Präventionsarbeit für den Gesundheitsschutz; der Verein wurde von niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten aus Köln gegründet, darunter eine Fachärztin für Pädiatrie, eine Fachärztin für Neurologie sowie ein Facharzt für Innere Medizin. Die Idee entstand daraus, dass die gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels auch in ihrem ärztlichen Alltag immer offensichtlicher werden.

Aufklärung im Wartezimmer

Innerhalb der ärztlichen Sprechstunde ist für eine umfassende Aufklärung über die Zusammenhänge von Klimaschutz und Gesundheit oft wenig Zeit. Daher nutzen die KlimaDocs hierfür die Wartezeit von Patientinnen und Patienten. Flyer und ein Videoclip für das Wartezimmer-TV vermitteln Informationen zu den gesundheitlichen Co-Benefits eines klimaschonenden Verhaltens. Terminkärtchen und Awareness-Poster verweisen zudem auf die Website www.klimadocs.de, auf der Interessierte ausführliche Informationen und Quellen zum Weiterlesen finden.

Kernbotschaft ist, dass das Klima und unsere Gesundheit eng verbunden sind und einfache Maßnahmen helfen, beide effektiv zu schützen. Jede und jeder kann etwas tun und eine Veränderung zum Besseren bewirken. Ärztinnen und Ärzte erreichen viele Menschen unterschiedlicher Altersstufen und sozioökonomischer Hintergründe. Sie haben damit die Möglichkeit, die Zusammenhänge von Gesundheit und Klimaschutz in die Mitte des

öffentlichen Diskurses zu bringen und so die gesellschaftliche Transformation mitzugestalten, welche die planetaren Grenzen respektiert und unsere Welt für nachfolgende Generationen bewahrt.

KlimaDoc werden ist einfach: Ärztinnen und Ärzte können das ansprechende und eingängige Informationsmaterial auf www.klimadocs.de kostenlos bestellen. Dieses stellen sie ihren Patientinnen und Patienten dann einfach im Wartezimmer der Praxis oder Klinik bereit. Mit der Bestellung gehen keine Verpflichtungen einher, eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht nötig.

Co-Benefits für Gesundheit und Klima

Die Klimadebatte ist zwar in der breiten Gesellschaft angekommen, wird aber häufig mit Verzicht assoziiert. Daher legen die KlimaDocs besonderes Augenmerk auf eine lösungsorientierte und positive Sprache, welche die zahlreichen gesundheitlichen Vorteile eines klima- und



Awareness-Poster „Klimaschutz ist Kinderschutz“

umweltfreundlichen Verhaltens darstellt. Diese sogenannten Co-Benefits sind bei den Themen Ernährung und Mobilität am offensichtlichsten: Eine nachhaltige Lebensstiländerung in den Bereichen Ernährung und Mobilität allein kann den individuellen Treibhausgasausstoß um bis zu 20% reduzieren [4].

Planetare Ernährung

Ernährung ist ein wichtiger Schlüssel für gesunde Menschen und ein gesundes Klima. Unsere Ernährungsweise und die damit einhergehende intensive Landwirtschaft verursachen mehr als 25% der weltweiten Treibhausgasemissionen und tragen wesentlich zum Artensterben bei [2]. Gleichzeitig erhöht der übermäßige Verzehr von einigen industriell verarbeiteten Lebensmitteln und rotem Fleisch das Risiko für Übergewicht, Stoffwechsel-, Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen [5].

Eine abwechslungsreiche und vorwiegend pflanzliche Ernährung hingegen verringert nicht nur die klimawirksamen Emissionen und schützt natürliche Lebensräume, sondern kann zur Prävention verschiedener Erkrankungen beitragen. Daher empfehlen die KlimaDocs den Konsum von regionalen Lebensmitteln und saisonalem Obst und Gemüse. Pflanzliche Proteinquellen sind Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte und Nüsse. Tierische Produkte wie Eier, Milch und Fleisch sowie hochverarbeitete Lebensmittel und Fertigprodukte werden nur in Maßen konsumiert. Vollwertige und vorwiegend pflanzenbasierte Ernährungsformen können etwa die Mediterrane Ernährung, die Nordic Diet oder die Planetary Health Diet sein. Durch einen geringeren Konsum von rotem Fleisch und hochver-



arbeiteten Lebensmitteln werden natürliche Landflächen bewahrt und Treibhausgasemissionen reduziert [5].

Die Tipps der KlimaDocs umfassen auch das Thema Lebensmittelverschwendung. Pro Kopf werden in Deutschland jedes Jahr rund 75 kg Lebensmittel weggeworfen. Mit kleinen Anpassungen im Alltag können Menschen dem unnötigen Verbrauch von Ressourcen vorbeugen, die für die Produktion, den Transport und die Lagerung von ungenutzten Lebensmitteln entstehen. So können Menschen etwa ihre Mahlzeiten planen und entsprechend ihrer Vorräte einkaufen, Reste einfrieren oder Foodsharing-Plattformen nutzen.

Nachhaltige Mobilität

Aktive Fortbewegung, etwa mit dem Fahrrad, statt mit dem Auto zu fahren, zahlt sich ebenfalls doppelt aus – sie hält nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit [7]. Gleichzeitig reduziert die Fortbewegung mit dem Fahrrad oder zu Fuß Luftverschmutzung und den Ausstoß klimaschädlicher Gase.

Motorisierter Straßenverkehr braucht viel Fläche und Energie. Die Abgase von Autos und Lastkraftwagen, Verkehrslärm und der Feinstaub, der durch den Brems- und Reifenabrieb entsteht, wird mit verschiedenen Erkrankungen assoziiert, darunter Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle, Gehörschäden und Krebs. Für Kinder ist die Luftverschmutzung besonders gefährlich: Luftschadstoffe beeinträchtigen die geistige Entwicklung und begünstigen Lungenentzündungen und Asthma, häufig mit langfristigen Folgen [1, 3].

Daher empfehlen die KlimaDocs, wann immer möglich, zu Fuß zu gehen, mit dem Fahrrad zu fahren oder öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen. Körperliche Bewegung soll nicht als Last, sondern als Bereicherung wahrgenommen werden. Stress wird reduziert, der durch Staus und Parkplatzsuche entstehen kann. So steigert nachhaltige Fortbewegung das Wohlbefinden und die Lebensqualität. Bewegung trägt zu einem gesunden Körpergewicht bei und steigert die geistigen Fähigkeiten. Saubere Luft mit weniger Abgasen und Feinstaub verringert das Risiko von Allergien und verbessert die Gesundheit der Lungen und des Herz-Kreislauf-Systems.

Weitere Co-Benefits nachhaltiger Verhaltensweisen für die Gesundheit, welche die KlimaDocs thematisieren, sind die Bereiche erneuerbare Energieversorgung, bewusster Konsum oder der Schutz der Biodiversität.

Das Alleinstellungsmerkmal der KlimaDocs

Die Arbeit des Vereins zeichnet sich durch die enge Zusammenarbeit von Ärztinnen und Ärzten aus der Praxis mit Expertinnen und Experten für Gesundheitskommunikation aus. Die KlimaDocs nutzen den Touchpoint Wartezimmer, um Menschen

mit verständlichem und ansprechendem Material über den Zusammenhang von Klima und Gesundheit aufzuklären und zu klimafreundlichen Verhaltensweisen anzuregen. Hierbei liegt dem Verein eine aufrichtige, wohlwollende und lösungsorientierte Art der Kommunikation am Herzen.

Partner-Organisationen der KlimaDocs sind die Stiftung „Gesunde Erde Gesunde Menschen“, die „Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit“ (KLUG) und die „Klima-Allianz Deutschland“. Als Agenturen für Gesundheitskommunikation unterstützen TAKEPART Media + Science GmbH und art tempi communications GmbH die Realisierung des Informationsmaterials.

Ärztinnen und Ärzte, die KlimaDoc werden möchten, können auf der Webseite der [Klimadocs](#) kostenfrei bestellen.

Dort finden sie:

- einen Informationsflyer
- ein Informationsvideo
- drei Ausführungen von Awareness-Postern
- Awareness-Terminkärtchen
- einen Online-Button „Wir sind KlimaDocs“ für die Praxis- und Klinik-Webseite

Korrespondenz

Julia Mohren
KlimaDocs e.V.
 Maria-Hilf-Straße 15 | 50677 Köln
info@klimadocs.de
www.klimadocs.de

Nathalie Tutzer
 TAKEPART Media+Science GmbH,
 Köln

Literatur:

- 1 Anenberg S, Miller J, Henze D, Minjare R. A Global Snapshot Of The Air Pollution-Related Health Impacts Of Transportation Sector Emissions In 2010 And 2015. International Council on Clean Transportation (2019). Verfügbar unter: https://www.theicct.org/sites/default/files/publications/Global_health_impacts_transport_emissions_2010-2015_20190226.pdf (aufgerufen am 18.10.2022)
- 2 Poore J, Nemecek T. Reducing Food's environmental impacts through producers and consumers. Science 2018; 360(6392): 987–992. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.1126/science.aag0216>.
- 3 Umweltbundesamt. Umweltbelastungen durch Verkehr (2022). Verfügbar unter: <https://www.umweltbundesamt.de/daten/verkehr/umweltbelastungen-durch-verkehr> (aufgerufen am 06.10.2022)
- 4 United Nations Environment Programme (2020): Emissions Gap Report 2020. Verfügbar unter: <https://www.unep.org/emissions-gap-report-2020>.
- 5 Willett W, Rockström J, Loken B et al. Food in the anthropocene: The eat–lancet commission on healthy diets from sustainable food systems. The Lancet 2019; 393(10170): 447–492
- 6 World Health Organization. Climate change and health (2021). Verfügbar unter: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health> (aufgerufen am 05.10.2022).
- 7 World Health Organization. Physical activity (2022). Verfügbar unter: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> (aufgerufen am 06.10.2022)

Klima und Gesundheit kommunizieren

Thomas Lob-Corzilius für die WAG Umweltmedizin der GPAU e. V.

Wir – die WAG Umweltmedizin mit der Schriftleitung dieses Ressorts – haben die Klimadocs zur Präsentation ihrer Ziele und bisherigen Arbeit eingeladen, um so interessierte Kolleginnen und Kollegen in der GPA zum Mitmachen und Nutzen der Materialien zu motivieren. Damit setzen wir unseren Anspruch fort, die mitunter abstrakt erscheinenden Publikationen und Debatten zur Klimakrise und Klimaschutz bzw. -anpassung auf unsere konkrete Arbeits- und Lebenssituation herunterzubrechen und mit möglichen Ideen und Vorschlägen zur Umsetzung zu verknüpfen. Nachzulesen ist dies u. a. im eJournal 1/2021 der Pädiatrischen Allergologie im Beitrag „Unsere persönliche Agenda zum Klimaschutz“ und in der Ausgabe 1/2022 im Artikel „Praxis goes green ... Aber wie??“. Im Folgenden wollen wir auf eine weitere Initiative im Bildungsbereich der frühkindlichen Erziehung hinweisen und damit zur Werbung für und den Gebrauch der dort publizierten Materialien einladen.

Forschungsprojekt Umweltbildung zur Klimagesundheit

Das Team **KlimaGesundheit-aktiv für Kitas** von Bildungscent e.V. hat in einem zweijährigen Forschungsprojekt angehende Erzieherinnen und Erzieher sowie Fachschul- und Kitapersonal in handlungsorientierten Workshops zu den gesundheitlichen Folgen des Klimawandels informiert. Dabei wurden praktische Materialien wie mehrsprachige Poster für die Kitas und damit natürlich auch zur Information für Eltern oder Erziehungsberechtigte entwickelt, ferner eine sog. KitaklimaKiste zur spielerischen Arbeit mit den Vorschulkindern und ein didaktisch gut geeignetes Infoheft für alle Interessierten ohne medizinisches Fachwissen mit Hintergrundinformationen und verständlichen Praxisbeispielen.

Erklärtes Ziel des jetzt abgeschlossenen Projekts ist es, mit den dargestellten Handlungsmöglichkeiten und Lösungsansätzen Kinder auch zukünftig unter veränderten klimatischen Bedingungen

ausreichend zu schützen. Neben Kindertagesstätten sind auch Arztpraxen und öffentliche Einrichtungen wichtige Orte, um auf diese Thematik aufmerksam zu machen.



Sämtliche Materialien sind auf der Webseite von [Bildungscent e. V.](https://www.bildungscent.de) zu finden und als pdf-Dokument frei herunterladbar. Es besteht leider keine Möglichkeit, z. B. die Poster in Printform zu bestellen; sie dürfen aber von Interessierten nachgedruckt werden – dadurch wird das Copyright nicht verletzt!