



1

Interessenskonflikte

Physicians' responsibility for planetary health

Moser AM, Stigler F, Haditsch B
The Lancet Planetary Health 2017

(für mich) unerklärlich:

gesund für uns = gesund für unseren Planeten
ungesund für uns = ungesund für unseren Planeten

www.mensch-im-zentrum.com B. Haditsch 2019

5

Todesfälle in Ö pro Jahr

• Rauchen	13.000
• Übergewicht/Fettsucht	10.000
• Alkohol	8.000
• Passivrauchen	1.000
• Verkehrsunfälle	500
• Luftverschmutzung	2.900

Ambient air pollution: A global assessment of exposure and burden of disease. World Health Organization 2016

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

6

Umweltbedingte Krankheiten - Limitation

- Epiphänomen?
- Korrelationen
- keine Kausalitäten

- Grenzwerte?

„Long-term exposure to fine particulate air pollution was associated with natural-cause mortality, even within concentration ranges well below the present European annual mean limit value.“ R. Beelen et al., The Lancet 2014

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

8

ESCAPE – European Study of Cohorts for Air Pollution Effects

- 370.000 Teilnehmer
- 22 Kohorten
- 2008 – 2012
- European Community's Seventh Framework Program (FP7/2007–2011)
- www.escapeproject.eu



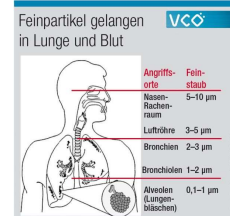
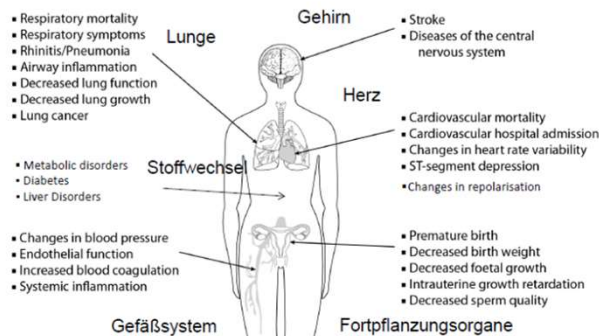
Nach Brunekreef 2015

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

10

Organe, für die Gesundheitseffekte nachgewiesen wurden:



Helmholtz Zentrum münchen
German Research Center for Environmental Health

Nach Rückerl et al. 2011

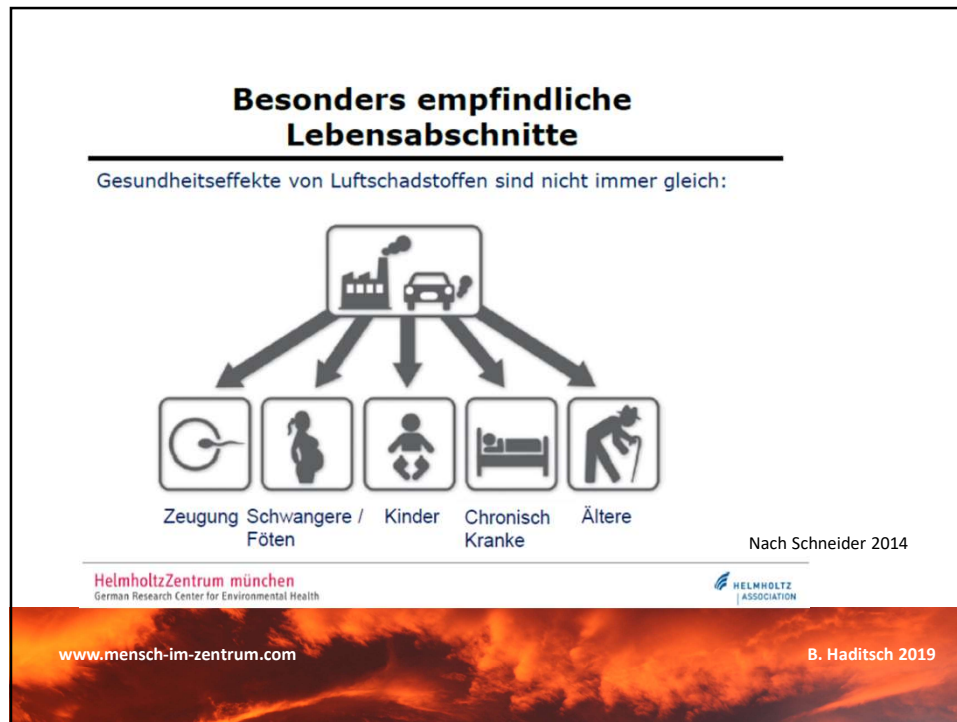


Nach Schneider 2014

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

11



12

Lunge

- „Mehr Feinstaub - mehr Lungenkrebs“ (Lancet Oncology 2013)
- „Vor allem Adipöse leiden“ (Eur Respir J 2014)

Dt. Ärztezeitung 2013 - 2017

www.mensch-im-zentrum.com
B. Haditsch 2019

13

Lunge

- Zusammenhang Feinstaubpartikeln (PM10) und Lungenkrebs, keine Risikoerhöhung für Stickstoffdioxid (NO₂) vs.
- *erhöhtes Risiko NO₂-Exposition und Lungenkrebs.*
- kein Zusammenhang Schadstoffexpositionen zu COPD vs.
- *Niedrige Lungenfunktionswerte in Abhängigkeit von PM10 und NO₂, aber nicht für andere Schadstoffe.*
- Keine Assoziation Langzeitexposition mit Luftschadstoffen - chronischen Bronchitis
- Risiko für Asthma bei Kindern nicht erhöht.

Dt. Ärztezeitung 2017

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

14

...nicht nur Lunge...

- „Wohnen in Autobahnnähe lässt Krebsrisiko nach oben schießen“ (Eur J Epidemiol 2015)
- „Sterberisiko durch Krebs bei Feinstaub-Belastung erhöht“ (Environ Health 2016)
- „Herzinfarktrisiko ist wohl höher als gedacht“ (Int J Cardiol. 2016)
- „Luftschadstoffe triggern Typ-1-Diabetes“ (Epidemiology 2015)
- „Viel Feinstaub – mehr Schlaganfälle“ (BMJ 2015, Stroke 2016)

Dt. Ärztezeitung 2015 - 2016

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

15

...nicht nur Krankheiten...

- „Viel Feinstaub, viel Frühgeburten“ (Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2016)
- „Lässt saubere Luft die Feten im Mutterleib besser wachsen? “ (Environ Health Perspect 2015)

Dt. Ärztezeitung 2015 - 2016

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

16

...nicht nur Krankheiten...



Foto: Kleine Zeitung 1. Februar 2017

- „Gefahr für Reisende mit Herz- und Lungenleiden“
(Centrum für Reisemedizin Düsseldorf)

Dt. Ärztezeitung 2015

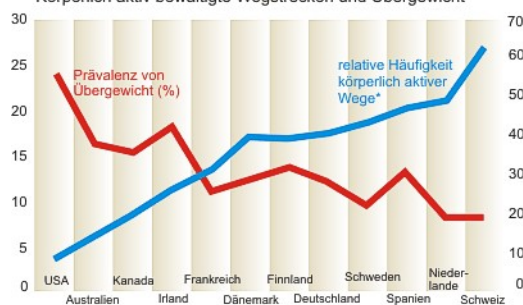
www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

17

Als Arzt frage ich meine (Nicht)Patienten...

Körperlich aktiv bewältigte Wegstrecken und Übergewicht



* Anteil (in Prozent) der zu Fuß, mit Fahrrad oder Öffentlichen Verkehrsmitteln zurück gelegten Wege an allen Wegen (Weg zur Arbeit, zum Einkaufen usw.)

Quelle: David R. Bassett, Jr. et al: Walking, Cycling, and Obesity Rates in Europe, North America, and Australia; Journal of Physical Activity and Health, 2008, 5, 795-814

„Das Potenzial ist sehr groß: Jede 10. Autofahrt in Österreich ist kürzer als die durchschnittliche Gehdistanz, die bei 1,4 Kilometer liegt.“ VCÖ

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

21

Graz

Donnerstag, 23. November 2017

KALVARIENBERG, Radfahrer auf dem Gehsteig

Es ist eine häufige Klage: Radfahrer auf dem Gehsteig, die oft keine Rücksicht auf Fußgänger nehmen. Exemplarisch nennen Leser die Bergmannsgasse und eine Stelle am Kalvarienberg (Foto unten): Im Abschnitt auf Höhe Nockbange nutzen Radfahrer oft den Gehweg gegen die Einbahn.



MACHEN SIE MIT Wo sehen Sie Probleme?

Sie fühlen sich als Fußgänger als Verkehrsteilnehmer? Dann schreiben Sie uns, an welchen Orten Sie konkret Handlungsbedarf sehen. Per Mail an graz@kleinezeitung.at



Gehen, das Medikament des 21. Jahrhunderts

Kein Gehsteig, gefährliche Engstellen: Leser zeigen Problemstellen für Fußgänger auf. Was Mediziner über den Wert des Gehens sagen.

Von Gerald Winter-Pöhlner

Dieser Aufruf hat offenbar einen Nerv getroffen: Zahlreiche Leser haben uns gefährliche Stellen für Fußgänger in der Stadt geschickt. Das reicht von glanzlos fehlenden Gehsteigen über gefährliche Engstellen bis hin zur emotionalen Klage über Radfahrer auf dem Gehsteig. Dabei wäre es im Sinne aller, wenn der öffentliche Raum attraktiv für Fußgänger gemacht wird. Denn: „Bewegung ist das Medikament des 21. Jahrhunderts“, sagt Bernd Haditsch, Facharzt für Innere Medizin und Ärztlicher Leiter der Vorsorge-, Gesundheits- und Jugendlichkeitsuntersuchungsstelle der Gebietskrankenkasse. Wer am Tag 7000 bis 10.000 Schritte zurücklegt, fördert seine Gesundheit. „Das wirkt vorbeugend gegen unzählige Erkrankungen wie Bluthochdruck, Zucker und Krebs“, so

Haditsch. „Es lindert Schmerzen, stärkt das Immunsystem und hilft der Psyche. Ich verschreibe es täglich.“

In der Theorie ist man sich auch im Rathaus einig: Man will das Zufußgehen attraktiv machen. „Stadt der kurzen Wege“, heißt das Schlagwort dazu. Das Ziel: Allen, was man für die täglichen Bedürfnisse braucht, ist in Fußweite erreichbar. Die Praxis schaut oft anders aus, wie die Schreiben unserer Leser belegen. Verkehrsstadträtin Elke Kahr (ÖVP) versucht gegenzusteuern und hat im Oktober Gemeinderat ein kleines Fußgängerprojekt geschickt, durch das ein paar Gefahrenstellen entschärft werden sollen. Und man setzt auf Anreize wie weitere Wohnstraßen, die in Ausarbeitung sind, und die Einrichtung einer „Elternabholstelle“ vor der Volksschule Andritz, damit die Kinder zum Selbergehen animiert werden.



SCHMIEDGASSE

Radfahrer in der Fußgängerzone

Das Gesetz sagt: Radfahrer dürfen in der Fußgängerzone fahren. Im Schrittempo. Nur im Alltag hält sich daran niemand. Für Leserin Helga Autsch ist die Schmiedgasse der „Hotspot der Gefährlichkeit“. Heute geht sie dort nur mehr ungern.



KLEINE ZEITUNG

(<https://www.kleinezeitung.at/>)

Als Arzt verschreibe ich meinen (Nicht) Patienten

„Es wirkt vorbeugend gegen unzählige Erkrankungen wie Bluthochdruck, Zuckerkrankheit und Krebs. Es lindert Schmerzen, stärkt das Immunsystem und hilft der Psyche. Es ist kostengünstig, einfach zu dosieren und hat – richtig eingesetzt – keine Nebenwirkungen.“

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

22

Das Medikament des 21. Jahrhunderts

Association between active commuting and incident cardiovascular disease, cancer, and mortality: prospective cohort study

Carlos A Celis-Morales,¹ Donald M Lyall,² Paul Welsh,¹ Jana Anderson,² Lewis Steell,¹ Yibing Guo,¹ Reno Maldonado,¹ Daniel F Mackay,² Jill P Pell,² Naveed Sattar,¹ Jason M R Gill¹

BMJ 2017

- Im Vergleich zu inaktiven Pendlern
 - Radfahrer: minus 45 % Krebsrisiko, minus 46 % Herz-Kreislauf-Risiko, minus 41 % frühzeitiger Tod
 - Gehen: minus 27% Herz-Kreislauf-Risiko
- „Fazit: es werden Strategien befürwortet, die im Berufsleben stehenden Menschen das Pendeln mit dem Fahrrad ermöglichen beziehungsweise erleichtern. Diese könnten von Fahrradwegen, Radverleihstationen und geförderten Radkäufen bis zur Mitnahme von Fahrrädern in öffentlichen Verkehrsmitteln reichen.“

Der Standard 20.4.2017

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

23

Meine Therapie: Ihr Lebensstil

BMJ



BMJ 2013;347:f5577 doi: 10.1136/bmj.f5577 (Published 1 October 2013)

Page 1 of 14

RESEARCH

Comparative effectiveness of exercise and drug interventions on mortality outcomes: metaepidemiological study

OPEN ACCESS

Huseyin Naci researcher¹ fellow², John P A Ioannidis director³

Conclusions Although limited in quantity, existing randomised trial evidence on exercise interventions suggests that exercise and many drug interventions are often potentially similar in terms of their mortality benefits in the secondary prevention of coronary heart disease, rehabilitation after stroke, treatment of heart failure, and prevention of diabetes.

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

24

How Are Physical Activity Behaviors and Cardiovascular Risk Factors Associated with Characteristics of the Built and Social Residential Environment?

Michael Eichinger^{1✉}, Sylvia Titze^{2✉}, Bernd Haditsch³, Thomas E. Dorner⁴, Willibald J. Stronegger^{5✉}



PLOS one 2015

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2019

27

prophy docs®

Vielen Dank und viel Spaß !

www.mensch-im-zentrum.com
Lebensstilmedizin +++ Umweltmedizin

Ärztezentrum prophylaxis docs
Brunngasse 3, 8010 Graz

30

ANHANG

Neighborhood greenspace and health in a large urban center

Omid Kardan¹, Peter Gozdyra², Bratislav Misić³, Faisal Moola⁴, Lyle J. Palmer⁵, Tomáš Paus⁶
& Marc G. Berman^{1,7}

(controlling for socio-economic and demographic factors). We find that having 10 more trees in a city block, on average, improves health perception in ways comparable to an increase in annual personal income of \$10,000 and moving to a neighborhood with \$10,000 higher median income or being 7 years younger. We also find that having 11 more trees in a city block, on average, decreases cardio-metabolic conditions in ways comparable to an increase in annual personal income of \$20,000 and moving to a neighborhood with \$20,000 higher median income or being 1.4 years younger.

Nature Scientific Reports July 2015

www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2017

33

ANHANG



www.mensch-im-zentrum.com

B. Haditsch 2017

34

