

Aufenthaltsqualität und Gesundheit aus wissenschaftlicher Sicht



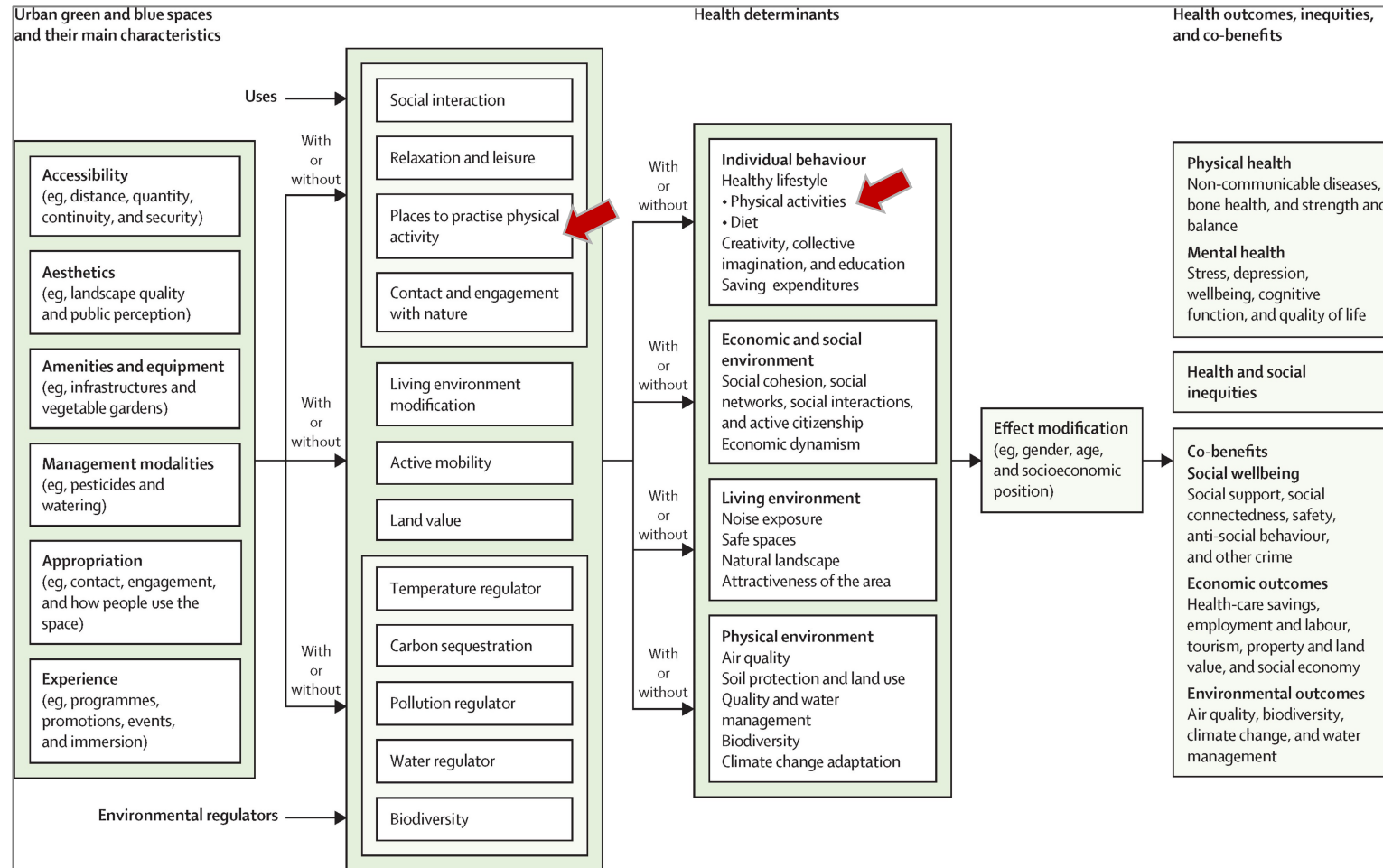
Forum «Landschaft bewegt die Schweiz»
15. November 2023, Magglingen

Prof. Sonja Kahlmeier
Leiterin Departement Gesundheit & Forschung Gesundheit

Vizepräsidentin Allianz Bewegung, Sport und Gesundheit



Wie hängen Freiräume / Grünräume mit Gesundheit zusammen?



Charakteristika von „Aufenthaltsqualität“

- Verfügbarkeit / Zugänglichkeit (Distanz, Grösse etc.)
- Ästhetik (Qualität, Wahrnehmung)
- Ausrüstung (Infrastruktur, Benutzbarkeit)
- Management (Pflege, Sauberkeit)
- Verwendung/Aneignung (Kontakt, Nutzung)
- Erlebnisse (Programme, Events etc.)

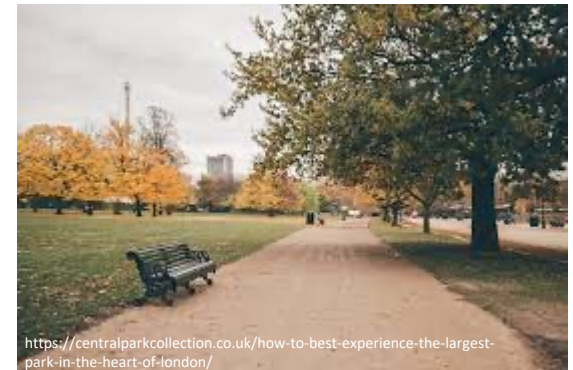
Charakteristika von „Aufenthaltsqualität“

- **Verfügbarkeit / Zugänglichkeit (Distanz, Grösse etc.)**
- Ästhetik (Qualität, Wahrnehmung)
- Ausrüstung (Infrastruktur, Benutzbarkeit)
- Management (Pflege, Sauberkeit)
- Verwendung/Aneignung (Kontakt, Nutzung)
- Erlebnisse (Programme, Events etc.)

Beispiel: Parkverfügbarkeit und Bewegung

International Physical activity and Environment Network (IPEN) adult study

- Daten aus 14 Städten in 10 Ländern
(Europa, Nord- und Südamerika, China, Neuseeland & Australien)
 - 6 objektive Indikatoren für Qualität des Wohnumfeldes
(darunter Anzahl Parks in 0.5km Entfernung)
 - Objektiv gemessene Anzahl Minuten/Tag Bewegung (Akzelerometer)
-
- Bis zu 90 Minuten mehr Bewegung in den insgesamt «aktivitätsfreundlichsten» Städten
(Wohndichte, Kreuzungsdichte, öV-Dichte, Parks)
 - 24 Minuten/Woche mehr Bewegung in den Städten mit der höchsten Verfügbarkeit von Parks
(16% der empfohlenen 150 Min./Woche)



Charakteristika von „Aufenthaltsqualität“

- Verfügbarkeit / Zugänglichkeit (Distanz, Grösse etc.)
- Ästhetik (Qualität, Wahrnehmung)
- **Ausrüstung (Infrastruktur, Benutzbarkeit)**
- **Management (Pflege, Sauberkeit)**
- **Verwendung/Aneignung (Kontakt, Nutzung)**
- Erlebnisse (Programme, Events etc.)

Beispiel: Ausrüstung, Pflege und Verwendung

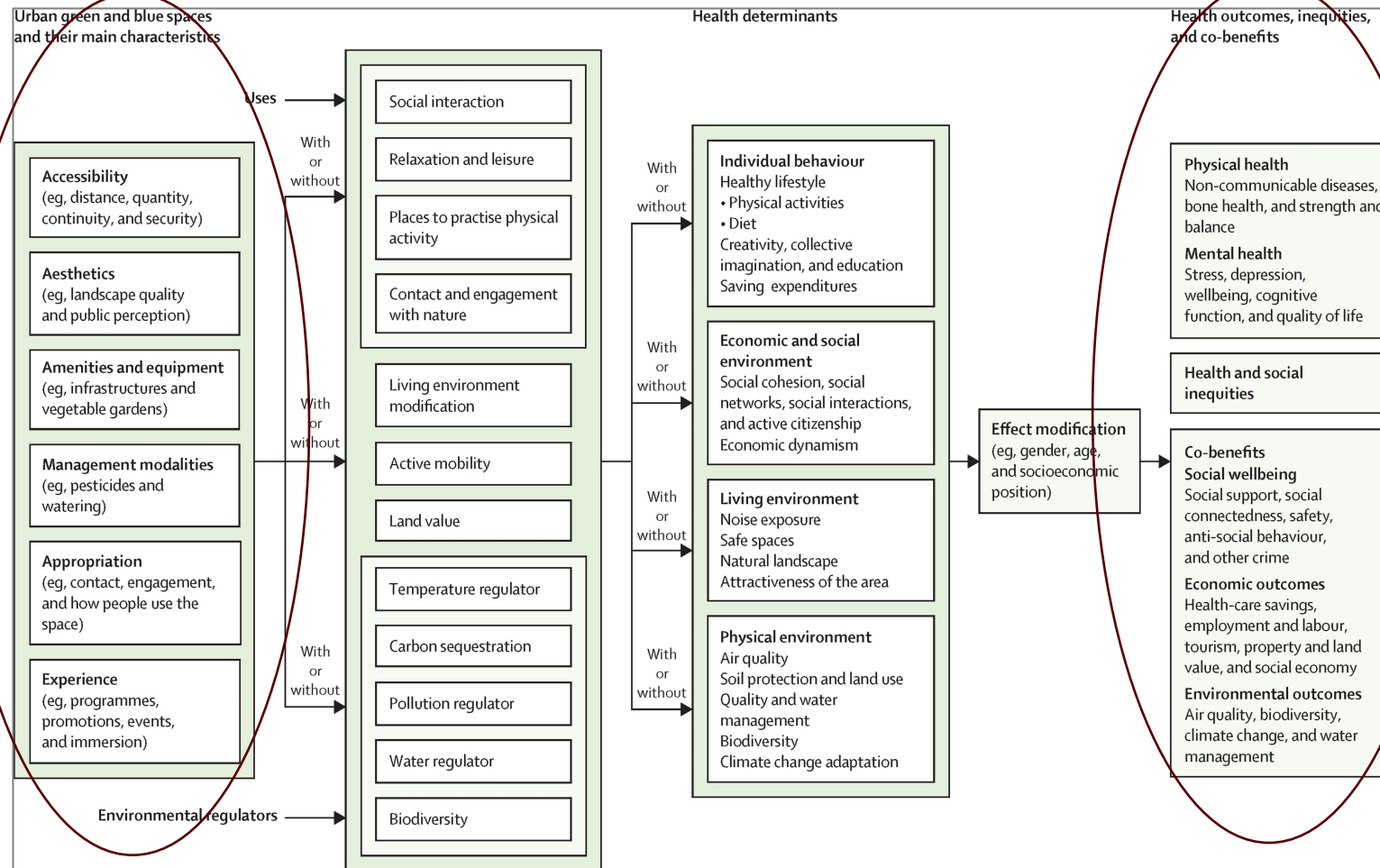
Beschaffenheit von städtischen Parks, Nutzung und Bewegung

- Für Kinder / Jugendliche:
 - Ausrüstung, die aktive und passive Freizeitbeschäftigung ermöglicht (Spielplatz, Bäume, Basketballkorb etc.)
 - > Verfügbarkeit alleine reicht nicht!
- Für Erwachsene & junge Frauen:
 - Spazierwege
- Für alle Altersgruppen
 - Bänke, Tische, Wasserspender, WCs
 - Gute Pflege der Ausrüstung & Bodenbeläge
 - Sauberkeit

“We want to go to parks that are interesting. The closest park, we can walk to, but it does not interest my kids. It is a big park but the play equipment is too small and it only caters for younger children.”

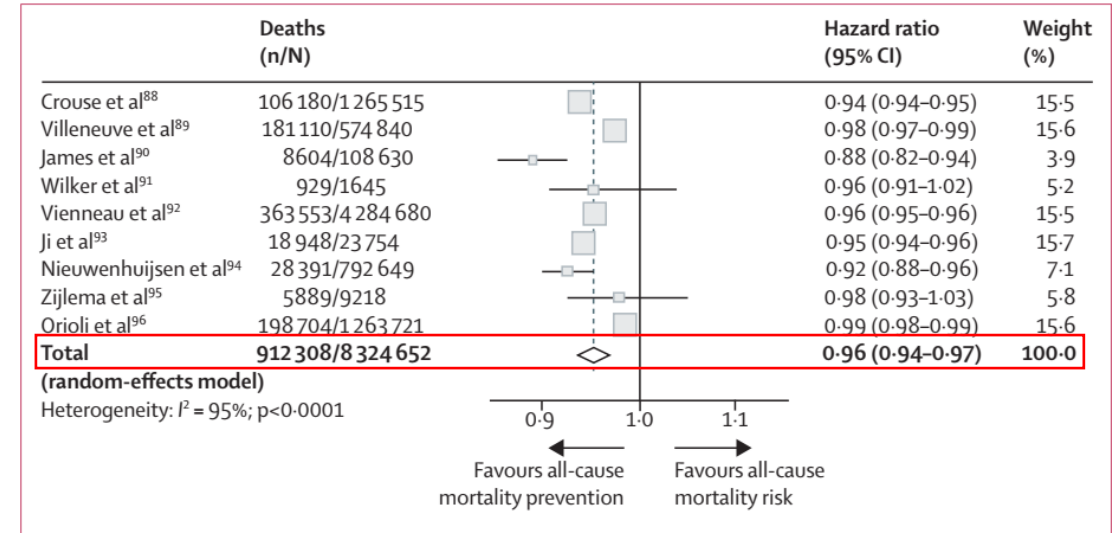


Wie hängen Landschaft / Grünräume mit Gesundheit zusammen?



Beispiel: Grünräume und Gesamtsterblichkeit

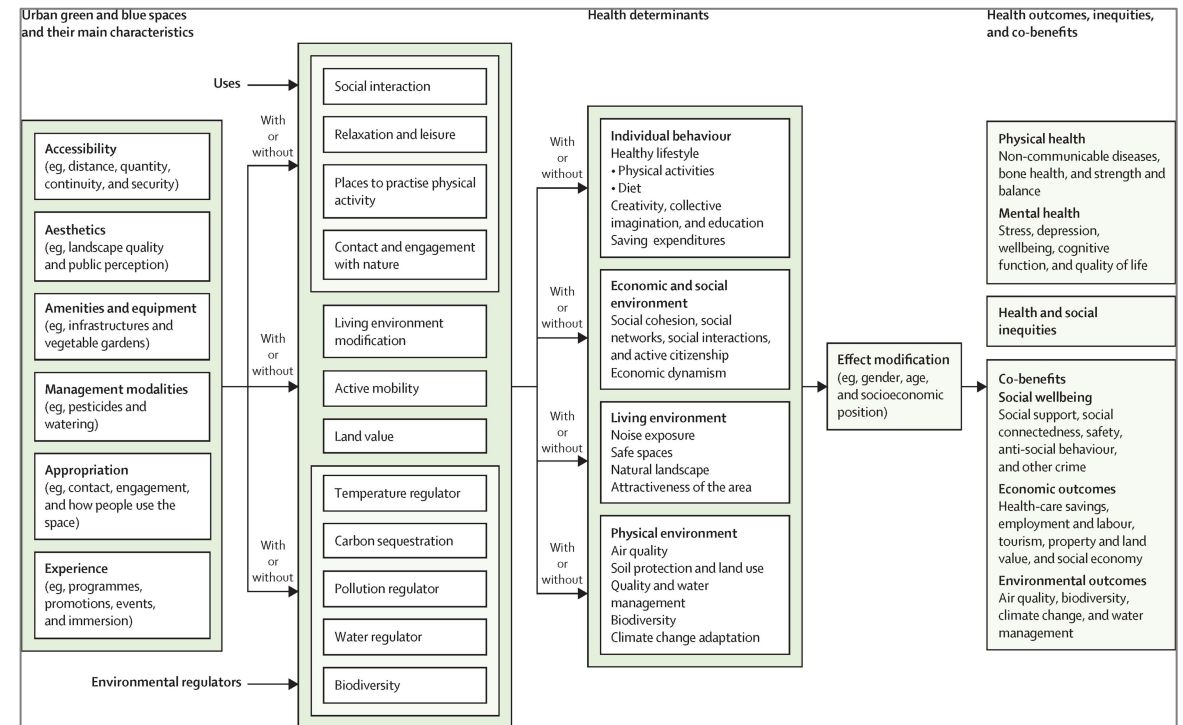
- 9 Studien mit > 8 Mio. Teilnehmenden, 7 Länder
- 7 Studien mit signifikantem Zusammenhang zwischen Zunahme von Grün in der Umgebung und geringerer Mortalität
- pooled HR 0.96 (95% CI 0.94–0.97)
Gesamtsterblichkeit pro 0.1 NDVI (Mass für Anteil Grün) in einem Radius von bis zu 500 m um die Wohnadresse
- Bewegung:
erklärte ~ 2% des Zusammenhangs zwischen Grünräumen und Sterblichkeit
(aber: nur 1 Studie: Nurses' Health Study)
- Andere mögliche Ursachen:
 - Tiefere Luftbelastung, Lärm
 - Tiefere Temperatur
 - Stressreduktion, psychische Gesundheit
 - Soziale Interaktion
 - Immunsystem
 - (Viele?) weitere



“Interventions to increase and manage green spaces should therefore be considered as a strategic public health intervention.”

Schlussfolgerungen

- Vielfältige Zusammenhänge zwischen Freiräume / Grünräumen und Gesundheit
- Wirkungsgefüge ist komplex
- Unterschiedliche Einflussfaktoren für unterschiedliche Gruppen
- Damit auch viele mögliche Ansatzpunkte
- Bewegung ist ein Aspekt, der vertieft untersucht werden muss



Schlussfolgerungen (2)

Research Agenda für **besseres ein besseres Verständnis von Freiräumen für die Gesundheit**

- Mehr **Längsschnittstudien** und „**natürliche Experimente**“ mit **integriertem Ansatz**
- Mehr zur **Qualität** der Räume, und **was für wen** funktioniert
- Mehr zu **unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen** und Communities
- Evidenz zu umwelt- / gesundheitsbezogenen **Ungleichheiten und (nicht-) Übertragbarkeit** von Ansätzen in andere Lebenswelten
- Mehr zu **blue spaces** (Wasser) und Gesundheit
- Besseres Verständnis der **Umwelteffekte** für Klimawandel, Biodiversität
- Mehr Evidenz aus **low-and-middle-income Ländern**
- Mehr **co-design, co-Implementation, co-Evaluation**
- **Innovatives Modelling** und Berücksichtigung ökonomischer und sozialer Effekte
- Mehr **whole-systems Ansätze** für evidenz-basierte Programme
- Einbezug der **Advocacy** Gruppen
- Neue Wege der **Zusammenarbeit über Sektoren** hinweg

Informationen

- Sonja Kahlmeier
- Fernfachhochschule Schweiz, Leiterin Departement Gesundheit und Forschung Gesundheit
- sonja.kahlmeier@ffhs.ch, Telefon direkt: +41 (0)44 512 09 24 allg. +41 (0)44 512 09 00
www.ffhs.ch/de/ffhs/personen/person/kahlmeier-sonja
- Ausbildung
 - MSc Umweltnaturwissenschaften, ETH Zürich
 - PhD in Epidemiologie
 - Habilitation in Public Health
 - Professur in Gesundheitsförderung mit spezieller Berücksichtigung der Alltagsbewegung
- Schwerpunkt ist der Themenbereich Bewegung und Gesundheit, insb.:
 - Policies und Strategien zur Bewegungsförderung
 - Grünräume, Bewegung und Gesundheit
 - transportbezogene und ökonomische Ansätze
- Tätig auf lokaler, nationaler und internationaler Ebene
- Vizepräsidentin Allianz Bewegung, Sport und Gesundheit

