



28.04.2026 - 17:23 Uhr

## Tag gegen Lärm am 29. April 2026

Vaduz (ots) -

Am "Tag gegen Lärm" vom 29. April 2026 wird auf die Auswirkungen von Lärm auf unsere Gesundheit aufmerksam gemacht.

### Lärm ist nicht nur lästig

Lärm ist nicht nur lästig und eine Ursache für Schlafstörungen - seine Auswirkungen auf unsere Gesundheit reichen weit darüber hinaus: Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen, psychische Leiden und sogar vorzeitige Todesfälle können auf Lärm zurückgeführt werden.

Chronische Verkehrslärmbelastung trägt europaweit jährlich zu rund 73'000 vorzeitigen Todesfällen bei. Zudem wird Verkehrslärm mit etwa 49'000 neuen Fällen von Herz-Kreislauf- Erkrankungen sowie rund 23'000 Neuerkrankungen an Typ-2-Diabetes pro Jahr in Verbindung gebracht. Neue Forschungsergebnisse zeigen zudem, dass Verkehrslärm in ganz Europa zu Tausenden von Fällen von Depression und Demenz beitragen kann.

Auch Kinder und Jugendliche leiden unter übermässigem Lärm: Lernverzögerungen, kognitive Beeinträchtigungen oder ein erhöhtes Risiko für Übergewicht zählen zu den möglichen Folgen. Diese Effekte wirken sich auch auf ihr Erwachsenenleben aus.

Im Vergleich zu anderen umweltbedingten Gesundheitsgefahren gehört Verkehrslärm in Europa zu den bedeutsamsten Gesundheitsrisiken - direkt nach der Luftverschmutzung.

Demgegenüber fördert Ruhe die körperliche und psychische Erholung: Bei Ruhe entspannt sich der Körper, der Blutdruck sinkt, Stresssymptome nehmen ab und die Konzentrationsfähigkeit steigt. Ruhe ist also eine kostbare, natürliche Ressource, die für unsere Gesundheit unverzichtbar ist. Umso wichtiger ist der Zugang zu ruhigen, öffentlichen Orten - insbesondere für Menschen, die in lauten Umgebungen wohnen.

Solche Rückzugsorte bieten nicht nur Erholung, sondern fördern auch das soziale Miteinander. Siedlungsnah und ruhige Erholungsorte gilt es daher, mit einer umsichtigen Planung zu schützen, zu fördern und neu zu schaffen - für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit.

### Woher die Stressreaktionen unseres Körpers kommen

Der menschliche Organismus und sein Gehör sind an die Geräuschkulisse einer längst vergangenen Naturlandschaft angepasst. Laute und ungewohnte Geräusche dienten früher als Warnsignal und lösten eine erhöhte Alarmbereitschaft bzw. Bereitschaft zu Flucht oder Kampf aus. Die Geräuschkulisse hat sich zwischenzeitlich grundlegend verändert: Heute sind wir nahezu ständig einer Vielzahl technischer Geräusche ausgesetzt. Auf störende und laute Geräusche reagiert unser Körper jedoch nach wie vor wie zu Urzeiten. Die dadurch ausgelösten Stressreaktionen beeinträchtigen das Wohlbefinden und die Gesundheit.

### Was Lärm kostet

Das Problem der Lärmbelastung muss auch unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten betrachtet werden. In der Schweiz betragen die gesamten Lärmkosten infolge des Verkehrs (Strasse, Schiene, Luft) im Jahr 2022 rund 3 Milliarden Franken. Umgerechnet auf die Einwohnerzahl Liechtensteins und unter Abzug des hier nicht relevanten Luftverkehrs ergeben sich für Liechtenstein jährliche Lärmkosten von rund 13 Millionen Franken. In dieser Zahl enthalten sind lärmbedingte Gesundheitskosten und Wertverluste von Immobilien. Bei den Gesundheitskosten sind dabei unter anderem die Kosten für Behandlungen, Produktionsausfälle und Wiederbesetzung sowie immaterielle Kosten wie die Verringerung der Lebensqualität berücksichtigt. Diese Kosten müssen von der Allgemeinheit getragen werden und fallen nicht bei den Verursachern an.

### Was jede und jeder tun kann

Die Wichtigkeit von Lärminderungsmaßnahmen sowie die Bewahrung und Schaffung von ruhigen Erholungsorten ist unbestritten. Gleichzeitig können wir alle etwas zu einer ruhigeren Umgebung beitragen. Die

effektivste Lärmverminderung besteht immer darin, Geräuschemissionen an der Quelle zu begrenzen: angepasste Verkehrsmittelwahl, Rücksichtnahme auf Ruhezeiten, Verwendung lärmarmen Fahrzeuge und Geräte usw. Eine kritische Betrachtung der eigenen Lärmproduktion ist bereits ein erster Schritt in eine ruhigere Zukunft - für uns alle.

Weiterführende Informationen zum diesjährigen Tag gegen Lärm und vergangenen Kampagnen finden sie auf dieser Seite: [www.tag-gegen-laerm.ch](http://www.tag-gegen-laerm.ch)

Pressekontakt:

Amt für Umwelt  
Ivo Berger, Abteilung Umweltschutz  
T +423 236 65 52  
[Ivo.Berger@llv.li](mailto:Ivo.Berger@llv.li)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000148/100939733> abgerufen werden.