

Stadt und Gesundheit: Der Einfluss von urbanen Lebenswelten auf die Entstehung psychischer Erkrankungen

Hintergrund

- Urbanisierung ist eine wesentliche gesundheitsrelevante Veränderung unserer Zeit
- 50 % der Weltbevölkerung lebt in Städten, im Jahr 2050 erwarteter Anstieg auf fast 70 %
- 50 % der städtischen Bevölkerung wohnt in Städten mit mehr als 500.000 Einwohnern
- Zunehmende Urbanisierung führt zu negativen Auswirkungen für die psychische Gesundheit (Balance zwischen Risikofaktoren und Schutzfaktoren)

Determinanten

- Ausgewählte Faktoren zur Betrachtung des urbanen Lebens:
 - Bevölkerungsdichte
 - Lärm-, Umweltbelastung
 - Wohnverhältnisse
- Ausgewählte Faktoren psychischer Erkrankungen:
 - Depressionen
 - Angststörungen

Methode

- Grundlage: selektive Literaturrecherche
- Literatur: Zusammenführung von Metanalysen und quantitativen Untersuchungen

Schwerpunkte:

Bevölkerungsdichte, Lärm, sozioökonomischer Status, Depressionen, Angststörungen

| Merkmal | Stadt (New York) <small>(Dierker, 2018)</small> | Land (Buxtehude) <small>(LH Statistik, 2012)</small> |
|---|--|---|
| Bevölkerungsdichte | 10 500 Einwohner je km ² | 525 Einwohner je km ² |
| Umweltbelastung (CO ² Ausstoß) | 54 Mio. t pro Jahr | 309.400 t pro Jahr |
| Single-Haushalte | 48 % | 37 % |

Ergebnisse

- Untersuchungen im Rahmen von Metaanalysen zeigen eine um 20% höhere Anzahl an Menschen mit Angststörungen in der städtischen Bevölkerung im Vergleich zur ländlichen Bevölkerung (Gruebner et al., 2017).
- In Hinblick auf affektive Störungen wie etwa Depressionen ist diese Zahl gar um 40% höher (Gruebner et al., 2017, Rapp, 2015)
- Darüber hinaus hängt das Schizophrenie-Risiko eng mit der Stadtgröße zusammen (Gruebner et al., 2017).
- Weitere Faktoren für die Begünstigung von sozialem Stress sind: Kriminalität, Bevölkerungsdichte und soziale Isolation (Einsamkeit) der Bevölkerung (Rapp, 2015, Wolf, 2014).
- Die Amygdala, das Angst-Zentrum im Gehirn und Festplatte für sozial verursachte Störungen zeigt, dass sie bei Städtern unter Stress extrem reagiert. Heißt: Sie verarbeiten Emotionen ganz anders als Testpersonen vom Land es tun (Meyer-Lindenberg, 2011).
- Besonders gefährdet sind Menschen, die gerade in der hohen "sozialen Dichte" der Stadt isoliert und einsam sind. Auf dem Land sind die sozialen Bindungen größer und verlässlicher (Lederbogen et al., 2011).

Handlungsempfehlungen

- Stadtplanung: Erhöhung der Verweildauer der Bevölkerung durch entsprechende Gestaltung von Plätzen und Straßen
- Strukturelle Veränderung des Straßenbildes: Straße nicht nur als Weg, sondern auch Ort des Stehens, Sitzens, Spielens und der Kommunikation
- Schaffung von Anreizen zur Verlagerung des urbanen Lebens vor die Straße statt hinter die Haustür
- Den Risiken für die seelische Gesundheit, die aus der globalen Verstädterung erwachsen, müssten Stadtplaner, Psychiater, Hirnforscher und Architekten vereint entgegentreten.

Schlussfolgerung

- Es besteht ein Zusammenhang zwischen den Faktoren urbanen Lebens und der Inzidenz bestimmter psychischer Erkrankungen
- Es bleibt Gegenstand von Forschungen, ob die städtische Bevölkerung tatsächlich größeren sozialen Stressoren ausgesetzt ist
- Es ist unrealistisch von einem Leben in der Stadt abzuraten
- Urbanes Leben beinhaltet immer ambivalente Eigenschaften (Ausgrenzung/Isolation vs. Größe und Intensität sozialer Netzwerke)