

Wilhelm Krull

Einführung zur Herrenhausen-Matinee „Unsere grüne Lunge – Gärten und Gesundheit“

In Hannover haben wir sicherlich ein besonders enges Verhältnis zu unseren Gärten, Parks und sogar Wäldern, weshalb es mich jedes Jahr erneut freut, an dieser Matinee mitwirken zu können – sei es zum Thema „Gärten und Parkanlagen im Klimawandel“ im letzten Jahr oder unter dem Titel „Orte der Macht – Orte des Wissens“ im Jahr 2016. Dieses Jahr geht es um „Unsere grüne Lunge – Gärten und Gesundheit“ und wir haben uns zusammengefunden, um uns mit einer Thematik zu beschäftigen, die im Grunde doch jedem von uns bereits klar ist und in einem schönen Sprichwort ihren Ausdruck findet: „Der kürzeste Weg zur Gesundheit ist der Weg in den Garten.“

Eine derartige Erkenntnis ist also nicht neu und folgerichtig spielen Gärten schon lange eine bedeutsame Rolle für die menschliche Gesundheit: Die heilsame Wirkung bestimmter Pflanzen ist schon seit der Antike bekannt und schon damals gab es Gärten, in denen derartige Pflanzen angebaut wurden. Diese Tradition findet sich gewissermaßen fortgesetzt in mittelalterlichen Klöstern, die unter

anderem für ihre Kräutergärten und die Vermittlung gärtnerischer Fähigkeiten bekannt waren.

Erst relativ spät jedoch – gewissermaßen mit einem Zeitsprung in das 19. Jahrhundert verbunden – wurden Gärten auch mit Blick auf die generelle Gesundheit – zunächst von Patienten, dann auch der allgemeinen Bevölkerung – angelegt. Nachdem 1831 der Nervenarzt Christian Friedrich Roller seine Schrift „Die Irrenanstalt in all ihren Beziehungen“ veröffentlicht hatte, wurden Heil- und Pflegeanstalten mit umfangreichen Gartenanlagen versehen. In ihnen sollte die Natur einen heilenden Einfluss auf die Patienten haben und jene sollten gleichzeitig durch körperliche, sprich: gärtnerische, Arbeit gesunden. In den folgenden Jahrzehnten wurden daher für viele deutsche Heilanstalten umfangreiche Gartenanlagen angelegt. Im Laufe des 19. Jahrhunderts ging die Bedeutung von Gärten jedoch weit darüber hinaus, nur zur Gesundung der Patienten von Heilanstalten beizutragen. So waren Mitte und Ende des 19. Jahrhunderts die hygienischen Verhältnisse in vielen Großstädten aufgrund der fortschreitenden Industrialisierung extrem schlecht. In Hamburg brach beispielsweise 1892 eine Cholera-Epidemie aus, in deren Zuge etwa 17.000 Menschen erkrankten und rund die Hälfte davon starben. Derartige Fälle waren weit verbreitet, was zunehmend zu Diskussionen über die Errichtung von Volksparks zur Gesunderhaltung der Bevölkerung führte. In Hamburg bzw. Altona führte dies 1914 schließlich zur Errichtung des Altonaer Volksparks, heutzutage Hamburgs größtem öffentlichen Park. „Je mehr Spielplätze und Gartenbeete, desto weniger Krankenbetten, Verkrüppelungen und Siechthum,“ hatte die Gräfin Adelheid zu Dohna Ponanski bereits im Jahr 1874 festgestellt – und ganz in diesem Sinne war auch der Altonaer Park angelegt worden.

Heutzutage – also gut 100 Jahre später! – sind grüne Flächen in vielen Großstädten immer schwerer zu finden. Oft bestehen die einzigen Grünräume in historischen Gärten und Parks wie dem gerade erwähnten Altonaer Volkspark, die zu Zeiten grassierender gesund-

heitlicher Probleme angelegt wurden. Dabei sollten vor dem Hintergrund des weltweiten Bevölkerungswachstums und zunehmender Urbanisierungstendenzen Grünflächen gerade in unseren Zeiten an Bedeutung gewinnen, z. B. für die Frischluftversorgung, den Temperatureausgleich oder als Erholungsräume für die Anwohnerinnen und Anwohner. Die Folgen fehlenden Grüns für unsere Städte sind bekannt: Asphalt und Betonfassaden speichern in Großstädten im Sommer die Hitze und geben sie abends wieder ab – teilweise kann es in Großstädten hierdurch bis zu 10 Grad heißer sein als im ländlichen Umland, was in manchen Städten bereits zu regelrechten Stadtfluchten in den Sommermonaten führt. Was hier Abhilfe schaffen könnte, sind mehr Grünflächen: Studien haben ergeben, dass sich die innerstädtische Temperatur bereits mit 10 Prozent mehr Grünflächen um bis zu drei Grad senken ließe. Eine besondere Bedeutung kommt dabei Flächen zu, die ansonsten nicht genutzt werden wie bspw. Dächern oder Fassaden. Kein Wunder also, dass sich immer mehr Forscher damit beschäftigen, wie und mit welchen Auswirkungen sich Gebäudefassaden begrünen lassen. Ein Experiment einer solchen Fassadenbegrünung unternahm ein Team von Forscherinnen und Forschern vom Fraunhofer-Institut für Umwelt-, Sicherheits- und Energietechnik (UMSICHT), indem sie aus Kalksandsteinen eine Wand bauten, durch deren Fassade sich zahlreiche begrünte Rinnen ziehen. Bei einer Messung von Klimadaten sowohl innerhalb der Wand als auch in der näheren Umgebung stellten sie fest, dass die Temperatur zwischen den Pflanzen um bis zu vier Grad niedriger war als in der unbegrünten Umgebung. Großangelegte Feldversuche mit „vertical green“ finden übrigens bereits seit einigen Jahren in punkto Begrünung von Hochhausfassaden in Singapur statt.

Ganz besonders kann städtisches Grün zur Reinigung der Atemluft beitragen, da durch die Pflanzen die Atemluft gefiltert und Abgase gebunden werden. Zwar haben wir in Hannover seit etwa einem Jahrzehnt eine sogenannte „Umweltzone“, in der saubere(re) Luft durch ein Verbot von Autos mit hohen Abgaswerten erreicht werden

soll – vielleicht wäre es jedoch eine andere Möglichkeit, die „Umwelt“ in der „Umweltzone“ ernster zu nehmen und intensiver über Möglichkeiten der Stadtbegrünung wie die gerade beschriebenen nachzudenken. Ich bin daher sehr froh, dass Prof. Dr. Axel Haverich heute hier ist und in seinem Vortrag „Umweltzone 2.0 – Städtische Gärten“ diese Überlegungen weiter ausführen wird! Axel Haverich studierte Medizin an der Medizinischen Hochschule hier in Hannover, an der er auch seine chirurgische Ausbildung absolvierte, und wirkte u.a. als Chefarzt der Herz- und Gefäßchirurgie an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. Nachdem er 1995 von der Deutschen Forschungsgemeinschaft den renommierten Leibniz Preis erhalten hatte, kehrte er 1996 nach Hannover zurück und gründete hier die Leibniz Forschungslaboratorien für Biotechnologie und künstliche Organe – ein Grundlagenforschungslabor an der Klinik für Herz-, Thorax-, Transplantations- und Gefäßchirurgie der Medizinischen Hochschule. Auch mit der Feinstaubthematik ist er gut vertraut – nicht zuletzt seit er im letzten Jahr an der Medizinischen Hochschule eine Studie zum Zusammenhang von Feinstaubbelastungen und Herzinfarkten in Hannover durchführte.

Lieber Herr Haverich, schön, dass Sie sich die Zeit nehmen, gleich zu uns zu sprechen.

Aber natürlich liegt die besondere Bedeutung von Gärten nicht nur in ihrem Einfluss auf Temperatur oder die Schadstoffbelastung unserer Luft. Gärten, ja Natur im Allgemeinen, hat auch einen direkten Einfluss auf die Menschen, die sich in ihr aufhalten, wie wir alle sicherlich oft genug erfahren haben. Schon Goethe schrieb: „In der lebendigen Natur geschieht nichts, was nicht in Verbindung mit dem Ganzen steht.“ Es mag gerade dieses Gefühl des Verbundenseins mit einem großen Ganzen sein, das viele von uns erfahren, wenn wir uns in der Natur befinden, und das einen derart beruhigenden Einfluss auf uns hat. So konnten Forscherinnen und Forscher an der Universität Wien nachweisen, dass bereits nach fünf Minuten Spazierengehen in einem Wald das Herz deutlich ruhiger schlägt, der

Blutdruck sinkt und die Muskeln sich entspannen. Die Natur scheint also regelrecht „etwas mit der Seele zu machen“ und wir dürfen sehr gespannt sein, was Prof. Stefan Brunnhuber uns genau zu diesem Themenfeld vortragen wird.

Dabei erkennt man, wenn man Prof. Brunnhubers Lebenslauf betrachtet, schnell, dass er eigentlich nicht nur zu diesem, sondern zu den unterschiedlichsten Themen referieren könnte: So machte er zunächst eine Ausbildung zum Rettungsanwärtler und KFZ-Mechaniker in Deutschland und den USA. Anschließend absolvierte er ein Doppelstudium der Medizin sowie Philosophie und Soziologie in Ulm, München und Konstanz und promovierte schließlich ebenfalls sowohl in Medizin als auch in Soziologie. Es folgten mehrere Spezialisierungen als Facharzt (Psychiatrie und Psychosomatik) sowie diverse Gastprofessuren und Oberarztpositionen. Aktuell leitet Prof. Brunnhuber die Diakonie Kliniken Zschadraß in Sachsen, wo er ebenfalls Chefarzt der Abteilung für Integrative Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie ist. Zudem wirkt er als Professor für „Psychologie und Nachhaltigkeit“ an der Hochschule Mittweida und als Senator der Europäischen Akademie der Wissenschaften. Verehrter Herr Brunnhuber, wir freuen uns auf Ihre Mitwirkung!

Auch in der Wissenschaft gibt es ein Feld, das sich mit der medizinischen Bedeutung des Rückgriffs auf die Natur beschäftigt, nämlich die Naturheilkunde. Im Unterschied zu klassischen, konventionellen Heilverfahren, wird in der Naturheilkunde mit sogenannten Naturheilverfahren an den Leiden der Patientinnen und Patienten angesetzt, wie beispielsweise der Ernährungstherapie oder dem Heilfasten, Bewegungstherapie und Physiotherapie, Heilpflanzen- oder Phytotherapie. Einen Experten aus diesem Bereich haben wir heute mit Prof. Dr. Andreas Michalsen bei uns, der die naturheilkundliche Abteilung des Immanuel Krankenhauses in Berlin leitet und uns über die „Natur als Medizin – Die Renaissance der Natur in der Wissenschaft“ informieren wird.

Prof. Michalsen studierte Medizin in Berlin und Bochum und promovierte anschließend an der Universität Bonn. Nach Stationen in Berlin und Bad Elster war er für fast zehn Jahre leitender Oberarzt an den Kliniken Essen-Mitte und hatte parallel einen Lehrstuhl für Naturheilkunde an der Universität Duisburg-Essen inne. Seit 2009 wirkt er als Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde am Immanuel Krankenhaus Berlin und ist zudem Stiftungsprofessor für Naturheilkunde der Charité Berlin und des Immanuel Krankenhauses. Im letzten Jahr erschien sein Buch „Heilen mit der Kraft der Natur“, in dem Prof. Michalsen erläutert, weswegen er naturheilkundliche Ansätze als eine Lösung für die steigende Zahl chronischer Leiden in unserer Gesellschaft ansieht; er macht dabei auch vor Methoden wie dem Aderlass oder der Anwendung von Blutegeln nicht halt. Wir sind schon gespannt, verehrter Herr Michalsen, was Sie uns dazu heute ausführen werden.

Es freut mich sehr, dass wir mit Ihnen heute drei Experten anwesend haben, die uns so unterschiedliche Einblicke in das Themenfeld Gärten und Gesundheit geben werden. Doch bevor ich nun das Podium für Sie räume, möchte ich gerne noch einige Worte zum Ablauf dieser 4. Herrenhausen-Matinee verlieren: Wir werden nun nacheinander drei Impulsreferate von Prof. Haverich, Prof. Brunnhuber und Prof. Michalsen hören und danach in einem Podiumsgespräch die Beziehung zwischen Gärten und Gesundheit vertieft diskutieren. Anschließend werden, wie im Vorjahr, Ehrungen des Vereins „Freunde der Herrenhäuser Gärten“ durch dessen Vorsitzenden, Sepp Heckmann, verliehen.