

# Dreckige Luft in der Lunge



Health &  
Environment  
Alliance

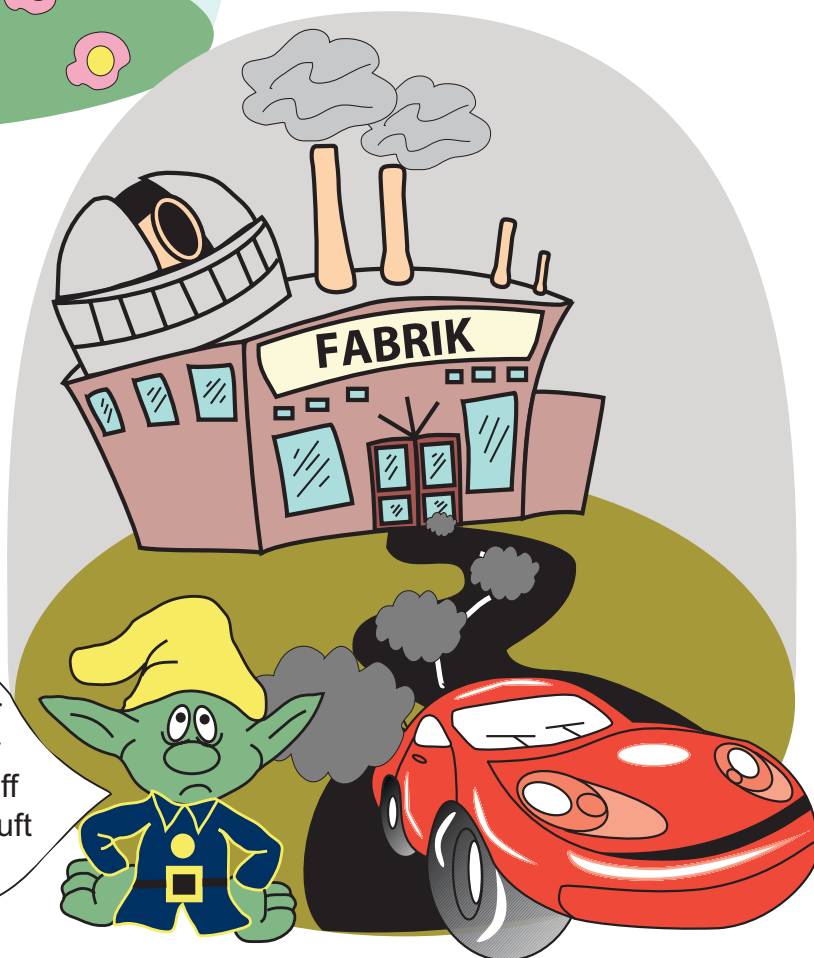


EUROPEAN  
LUNG FOUNDATION

Dieses Merkblatt über Luftverschmutzung für Kinder zwischen 5 und 11 Jahren erklärt, wie verschmutzte Luft die Lungen schädigt und was man dagegen tun kann.



Hallo! Mein Name ist Elf.  
Ich bin von der European Lung  
Foundation (ELF) und möchte Dir etwas  
über Luftverschmutzung erzählen. Saubere  
Luft ist frei von ekligen Chemikalien oder  
Schmutz. Wir brauchen sie zum Atmen.



Luftverschmutzung  
entsteht, wenn Schmutz oder eklige  
Chemikalien in die Luft kommen. Sicher  
hast Du schon einmal gesehen, wie der  
dunkle, stinkende Rauch aus dem Auspuff  
von Autos oder Fabrikschornsteinen die Luft  
verschmutzt. Aber manchmal ist  
Luftverschmutzung auch  
unsichtbar.

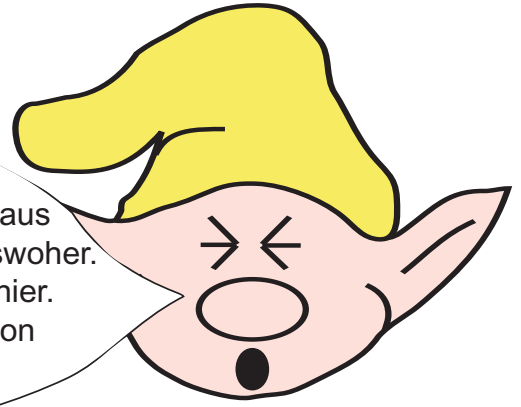
Weitere Informationen von ELF oder das Merkblatt für Erwachsene finden Sie unter [www.environment.european-lung-foundation.org](http://www.environment.european-lung-foundation.org)

Dieses Informationsblatt wurde vom Ausschuss für Umwelt und Gesundheit der European Respiratory Society ([www.ersnet.org](http://www.ersnet.org)) verfasst.

Die Erstellung und Veröffentlichung wurde von der Health and Environment Alliance (HEAL); [www.env-health.org](http://www.env-health.org), durch die Europäische Kommission, GD Umwelt finanziell und inhaltlich unterstützt.

## Wie heißen die häufigsten Schadstoffe?

Die ekligen Chemikalien und der Schmutz in der Luft kommen meistens aus Autos und Fabriken, aber auch von anderswoher. Was es damit auf sich hat, erfährst Du hier. Vielleicht hast Du ja schon einmal davon gehört ...



### Schwefeldioxid

- Ein farbloses Gas.
- Es stinkt wie faule Eier.

### Stickstoffdioxid

- Ein rotbraunes Gas.
- Wenn es diesig ist, kannst Du es manchmal in der Luft sehen.

### Ozon

- Ein farbloses Gas.
- Weit oben im Himmel gibt es gutes Ozon, das uns vor der Sonne schützt.
- Weiter unten auf der Erde wird es zu schlechtem Ozon.
- Schlechtes Ozon entsteht mit Hilfe der Sonne, deswegen gibt es im Sommer mehr davon.

### Feinstaub

- Sehr feine Staubkörnchen in der Luft.
- Die Staubkörnchen können fest oder flüssig sein und sind sehr viel dünner als ein einzelnes Haar.
- Feinstaub macht die Luft schmutzig oder diesig.

## Wie viele Wörter zum Thema Luftverschmutzung findest du hier?

V	H	F	E	I	N	S	T	A	U	B
E	N	P	S	J	O	Z	O	N	F	O
R	G	O	U	L	D	N	C	T	R	S
S	T	I	C	K	S	T	O	F	F	L
C	M	L	P	M	T	B	N	A	Q	A
H	C	U	H	I	A	R	A	B	N	U
M	S	T	U	A	U	O	U	R	T	T
U	T	I	R	Q	B	G	Z	I	Y	O
T	D	I	O	X	I	D	F	K	G	S
Z	E	N	P	K	F	N	Q	K	G	R
U	A	C	W	O	D	Y	J	A	I	U
N	E	S	C	H	W	E	F	E	L	I
G	S	J	X	E	D	X	L	U	F	T



## Was macht die verschmutzte Luft in den Lungen?

Unsere Lungen enthalten tausende kleiner Röhren, die Atemwege.

Sie sehen aus wie kleine Äste im Baum.

Schadstoffe in der Luft können unsere Lungen und Atemwege schädigen, da wir jede Menge Luft ein- und ausatmen. Luftverschmutzung ist schlecht für alle, besonders aber für die Lungen von Kindern (wie Du), älteren und empfindlichen Menschen (z. B. menschen mit Asthma).

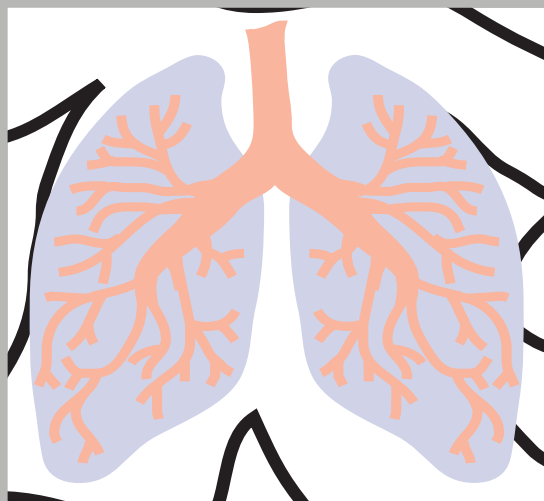
**Du kannst mich gerne ausmalen!**

Was macht die verschmutzte Luft in den Lungen?

1. Staub kann in die Lungen kommen und sie schädigen.
2. Die Wände der Atemwege erröten und schwellen an.

Wie erfährst Du, ob Deine Lungen verschmutzt sind?

1. Das Ein- und Ausatmen tut weh.
2. Es kribbelt in Hals und Nase.
3. Du musst husten.
4. Das Atmen fällt schwerer.
5. Dein Asthma wird schlimmer.



**Die Europäische Union besteht aus 27 Ländern. Sie bestimmt die Regeln zum Schutz vor Luftverschmutzung. Aber wie können wir unsere Lungen schützen?**



1. Wie hoch die Ozonwerte im Sommer bei Dir sind erfährst du im Wetterbericht oder auf Webseiten wie [www.eea.europa.eu/maps/ozone/welcome](http://www.eea.europa.eu/maps/ozone/welcome).
2. Gehe möglichst keine Straßen mit viel Auto- und Lasterverkehr entlang.
3. Gehe lieber morgens draußen spielen, denn nachmittags nimmt die Luftverschmutzung zu, v. a. im Sommer.
4. Je tiefer wir einatmen, umso mehr Schadstoffe kommen in die Lungen. Deswegen ist es vielleicht besser, sich bei starker Luftverschmutzung nicht so viel zu bewegen (lieber gehen als rennen).
5. Sei besonders vorsichtig, wenn Du Asthma oder eine Lungenerkrankung hast.
6. Sage es deinen Eltern, wenn sich Deine Lungen nicht gut anfühlen, also wenn du husten musst, die Brust weh tut, dir das Atmen schwer fällt oder du dabei keuchst.

**Was können wir gegen Luftverschmutzung und für saubere Luft tun?**

1. Mit der Familie und Freunden lieber mal zu Fuß gehen, mit dem Rad oder mit Bus und Bahn fahren, als mit dem Auto.
  2. Beim Autofahren kannst du Deine Eltern bitten, den Motor auszumachen, wenn das Auto steht, und langsam zu fahren.
  3. Sprich mit Deinen Eltern darüber, wie ihr zu Hause Energie sparen könnt, z. B. Licht ausmachen, wenn niemand im Raum ist.
- Hast Du noch mehr Ideen?
- 
- 
- 
- 
- 

