

„Die vielen Rätsel der Sommerzeit“

(Zeitumstellung kann zu Befindensstörungen führen)

Moderation: Armin Wolf, 28.03.2008

(ORF - ZIB2)



Vierzig Prozent der Österreicher wissen nicht, warum jährlich auf die Sommerzeit umgestellt wird. Eingeführt wurde die Sommerzeit vor knapp 30 Jahren, um eine Stunde Tageslicht zu gewinnen und Energie zu sparen. Für Experten ist der Effekt aber lächerlich.

Die Zeitumstellung kann aber auch zu Befindlichkeitsstörungen führen. Die Auswirkungen von schweren Störungen der biologischen Rhythmik können massive Erkrankungen sein. Die Zeitumstellung schwächt auch das Immunsystem. Studien belegen, dass Frauen, die im Schichtdienst

arbeiten, ein höheres Risiko für Brustkrebs haben.

Immer mehr Wissenschaftler sind daher der Meinung, dass man die Zeitumstellung daher einfach abschaffen sollte.