

Lichtimmissionen verstehen und vermeiden

Eine kurze Übersicht

Was sind Lichtimmissionen?

Lichtimmissionen entstehen, wenn künstliches Licht außerhalb seines eigentlichen Nutzungsbereichs auf Menschen, Tiere oder die Umwelt trifft. Besonders nachts stören diese Lichtquellen die natürliche Dunkelheit, was gesundheitliche, ökologische und ästhetische Folgen haben kann. Man spricht in diesem Zusammenhang oft auch von "Lichtverschmutzung".

Typische Ursachen

Künstliches Licht ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Doch an vielen Stellen leuchten Lichtquellen unnötig oder übermäßig stark:

- Straßenlaternen, die nicht gezielt ausgerichtet sind
- Werbeanlagen und Leuchtschilder, die bis in die Nacht aktiv bleiben
- Sport- und Freizeitanlagen mit Flutlicht
- Außenbeleuchtung an Gebäuden und in privaten Gärten

All diese Quellen tragen zur übermäßigen Aufhellung unserer Nächte bei.

Wie wirkt sich das aus?

Für den Menschen: Die innere Uhr des Menschen folgt einem natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus. Künstliches Licht bei Nacht kann diesen Rhythmus stören mit möglichen gesundheitlichen Folgen wie erhöhter Reizbarkeit, Schlaflosigkeit oder langfristig sogar Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ebenso kann es zu unerwünschten (Wohn-)Raumaufhellungen, direkter Blendung oder Beeinträchtigung in der Orientierung kommen.

Für Tiere und Pflanzen: Viele Tiere – insbesondere Insekten, Vögel, Fledermäuse und Amphibien – sind nachtaktiv. Sie verlassen sich auf die Dunkelheit für Nahrungssuche, Fortpflanzung und Orientierung. Dauerhafte Beleuchtung kann sie stören, vertreiben oder gar töten. Auch Pflanzen reagieren auf Lichtzyklen und können durch ständige Beleuchtung in ihrem Wachstum und ihrer Blüte beeinträchtigt werden.

Astronomische Beobachtungen: Für Astronom*innen und Hobby-Sterngucker bedeutet Lichtimmission eine starke Einschränkung. Die Aufhellung des Himmels durch künstliches Licht – der sogenannte "Skyglow" – lässt Sterne und Himmelsphänomene verblassen.

Was regelt das Gesetz?

Bundesrecht: In Deutschland ist Licht als Umwelteinwirkung im Bundes-Immissionsschutzgesetz (BImSchG) verankert. Es erlaubt Behörden, bei schädlichen Lichtimmissionen einzuschreiten. Die TA Lärm (Technische Anleitung zum Schutz gegen Lärm) berücksichtigt Licht als Nebenwirkung. Zudem existieren technische Normen wie DIN EN 13201 (Straßenbeleuchtung) und DIN 5035-7 (Außenbeleuchtung), die Planung und Betrieb von Lichtanlagen regeln.

Länder und Kommunen: In Bayern existiert z. B. ein Leitfaden zur Vermeidung von Lichtemissionen. In Berlin und Brandenburg gibt es Empfehlungen zur ökologischen Lichtplanung. In Baden-Württemberg setzen Kommunen bereits auf eigene Satzungen zur Einschränkung von Leuchtreklame.

Kommunale Verantwortung: Städte und Gemeinden können über Bebauungspläne, Werbesatzungen oder Beleuchtungskonzepte gezielt Einfluss auf die Lichtemissionen in ihrem Gebiet nehmen.

Ein Blick über die Grenzen

Andere europäische Länder haben bereits weitreichende Maßnahmen umgesetzt:

- In Frankreich ist die Nachtabschaltung von Schaufensterbeleuchtung zwischen 1 und 6 Uhr gesetzlich vorgeschrieben
- Italien regelt Lichtemissionen per Gesetz, mit klaren Grenzwerten für aufwärts gerichtetes Licht
- Slowenien hat als erstes Land ein umfassendes Lichtverschmutzungsgesetz verabschiedet
- In Österreich und Spanien bestehen auf regionaler Ebene zunehmend strengere Vorgaben

Was können wir tun?

Als Kommune, aber auch als Privatperson, gibt es zahlreiche Möglichkeiten, unnötige Lichtimmissionen zu reduzieren:

- Verwenden Sie warmweißes Licht (< 3000 Kelvin), das weniger störend für Menschen und Tiere ist
- Achten Sie auf abgeschirmte Leuchten, die nur nach unten leuchten
- Installieren Sie Zeitschaltuhren oder Bewegungsmelder, damit Licht nur dann aktiviert wird, wenn es wirklich gebraucht wird !
- Verzichten Sie auf rein dekorative Beleuchtung in der Nacht

Diese Maßnahmen sparen nicht nur Energie und Kosten – sie helfen auch, unsere Umwelt zu schützen.

Wussten Sie schon?

In Deutschland gibt es spezielle Sterneparks, z. B. im Westhavelland oder Biosphärenreservat Rhön, wo besonders dunkle Nachthimmel geschützt werden. Initiativen setzen sich für mehr Bewusstsein in der Gesellschaft ein. Weltweit engagiert sich die International Dark-Sky Association für den Erhalt natürlicher Dunkelzonen.

Fazit

Licht ist Leben – aber nur im rechten Maß. Durch bewusstes und gezieltes Beleuchten können wir alle ein Zeichen setzen für Gesundheit, Nachhaltigkeit und Lebensqualität. Jeder Beitrag zählt – auch Ihrer!

