

## Antwort

### der Bundesregierung

**auf die Große Anfrage der Abgeordneten Nicole Höchst, Dr. Michael Kaufmann, Adam Balten, weiterer Abgeordneter und der Fraktion der AfD  
– Drucksache 21/3474 –**

### Fragen zur Zeitumstellung

#### Vorbemerkung der Fragesteller

Die halbjährliche Zeitumstellung zwischen Normalzeit („Winterzeit“) und Sommerzeit wird seit Jahrzehnten mit unterschiedlichen Begründungen aufrechterhalten. Ursprünglich sollte sie zur Energieeinsparung beitragen – ein Ziel, das nach heutiger Forschung kaum noch Relevanz besitzt. Gleichzeitig deuten zahlreiche medizinische und gesellschaftswissenschaftliche Studien auf gesundheitliche und soziale Folgewirkungen der Zeitumstellung hin. Dazu zählen Schlafstörungen, Kreislaufbelastungen, erhöhte Unfallraten und messbare Einschränkungen der Konzentrations- und Leistungsfähigkeit ([www.aok.de/pk/magazin/familie/eltern/wie-die-zeitumstellung-den-koerper-belastet/](http://www.aok.de/pk/magazin/familie/eltern/wie-die-zeitumstellung-den-koerper-belastet/), Stand: 11. Oktober 2025, [www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Chronobiologie-Ist-t-die-Zeitumstellung-gesundheitsschaedlich,chronobiologie104.html](http://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Chronobiologie-Ist-t-die-Zeitumstellung-gesundheitsschaedlich,chronobiologie104.html), Stand: 12. November 2025). Nach einer Vielzahl der vorliegenden wissenschaftlichen Untersuchungen stehen negative physiologische und psychologische Effekte den ursprünglich angestrebten Nutzen gegenüber. Studien des „The New England Journal of Medicine“ und anderer Fachjournale dokumentieren eine Zunahme akuter kardiovaskulärer Ereignisse (z. B. Myokardinfarkte) in den Tagen nach der Umstellung (vgl. [www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc0807104](http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc0807104), Stand: 10. November 2025). Auch die Deutsche Gesellschaft für Schlaforschung und Schlafmedizin e. V. (DGSM) weist im Kontext der Umstellung neben möglichen positiven Effekten auch auf gesundheitlich problematische Folgen hin (unter anderem zu finden unter: [https://dgsm-kongress.de/fileadmin/dgsm/2026/docs/2025/DGSM25\\_PM\\_Zeitumstellung.pdf](https://dgsm-kongress.de/fileadmin/dgsm/2026/docs/2025/DGSM25_PM_Zeitumstellung.pdf), Stand: 10. November 2025). Trotz dieser Forschungslage und einer EU-weiten Bürgerbefragung von 2018, in der sich 84 Prozent der Teilnehmer für die Abschaffung der Zeitumstellung aussprachen (European Commission Consultation 2018, hier zu finden: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_18\\_5302](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_18_5302), Stand: 10. November 2025), wurden auf europäischer wie nationaler Ebene bislang keine durchgreifenden Schritte zur Umsetzung dieser Erkenntnisse unternommen. Gerade vor dem Hintergrund des gesetzlichen Auftrags des Deutschen Bundestages zur Technikfolgenabschätzung (§ 56 der Geschäftsordnung des Deutschen Bundestages) stellt sich den Fragestellern die Frage, inwieweit die Bundesregierung ggf. wissenschaftliche Erkenntnisse zu den medizinischen, psychologischen, energetischen und gesellschaftlichen Folgen der Zeitumstellung systematisch erfasst, bewertet und in die politische Entscheidungs-

findung integriert. All diese Punkte legen den Horizont frei für die folgenden Fragen.

1. Liegen der Bundesregierung wissenschaftliche Studien und Gutachten zur gesundheitlichen, psychologischen und gesellschaftlichen Wirkung der Zeitumstellung vor, und wenn ja, welche?

Zu Wirkungen der Zeitumstellung sind eine Vielzahl wissenschaftlicher Studien öffentlich verfügbar. Die Bundesregierung hat diesbezüglich keine Studien in Auftrag gegeben und es liegen der Bundesregierung keine Gutachten vor.

2. Wenn die Frage 1 bejaht wird, wie bewertet die Bundesregierung auf Grundlage dieser Erkenntnisse die kurz- und langfristigen physiologischen Folgen der Zeitumstellung (z. B. Schlafrhythmus, Herz-Kreislauf-System, Unfallstatistik)?
4. Hat die Bundesregierung die Erkenntnisse der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin e. V. (DGSM) in ihre Bewertung einbezogen, und wenn ja, inwieweit?

Die Fragen 2 und 4 werden gemeinsam beantwortet.

In Studien und Stellungnahmen werden Auswirkungen der Zeitumstellung beschrieben, z. B. kurzfristig vermehrte Tagesmüdigkeit. Langfristige Auswirkungen einer Umstellung der Sommerzeit auf den Schlafrhythmus sind kaum beschrieben und schwierig zu untersuchen, da diese Vergleiche durch saisonale Effekte beeinflusst werden.

Der Einfluss der Zeitumstellung auf die Häufigkeit von kardiovaskulären Ereignissen (insbesondere des akuten Herzinfarkts) wird regelmäßig untersucht; die Datenlage hierzu ist inkonsistent. Ebenso ist die Datenlage in Bezug auf Unfälle und Konzentrationsschwierigkeiten im Zusammenhang mit der Zeitumstellung inkonsistent.

3. Welche Studien oder Modellierungen hat die Bundesregierung zur Überprüfung der Energie- und Klimawirkungen der Zeitumstellung seit 2010 ggf. ausgewertet oder beauftragt?

Eine detaillierte Studie zur Überprüfung der Auswirkungen der Sommerzeit auf den Energieverbrauch und weitere Themenfelder wurde vom Büro für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag (TAB) im Jahr 2016 publiziert: „Bilanz der Sommerzeit“. Sie erschien in der Bundestagsdrucksache 18/8000 im Februar 2016.

Im Rahmen dieser TAB-Studie hat das Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW) eine umfangreiche Analyse mit Auswertung der Literatur zur Thematik sowie Modellsimulationen durchgeführt: „Auswirkungen der Sommerzeit auf den Energieverbrauch“. Dieses Gutachten für den Deutschen Bundestag, vorgelegt dem Büro für Technikfolgen-Abschätzung am 30. November 2014, erschien in der Schriftenreihe des IÖW 211/16.

Die TAB-Studie einschließlich der IÖW-Analyse haben auf Basis der damals vorliegenden Erkenntnisse keine Hinweise darauf geliefert, dass die jährlichen Zeitumstellungen ernsthafte positive oder negative energetische, wirtschaftliche oder gesundheitliche Effekte nach sich ziehen.

Eine weitere Untersuchung aus dem Jahr 2016 thematisiert die „Stromersparnis der Zeitumstellung bei privaten Haushalten“. Sie erschien im Wirtschaftsdienst,

96. Jahrgang, 2016, Heft 4. Die Autoren Korbinian von Blanckenburg (Hochschule Ostwestfalen-Lippe Lemgo) und Julian Strauch (Universität Kassel) zeigen, dass es durch die Zeitumstellung in Deutschland nur zu geringen Einsparungen beim Stromverbrauch privater Haushalte in Höhe von 0,78 Prozent kommt.

Von 2017 ist die Studie (Ex-Post Impact Assessment) des wissenschaftlichen Dienstes des Europäischen Parlamentes: „Ex-post impact assessment EU summer-time arrangements under Directive 2000/84/EC“. Die Studie kommt ebenfalls zu dem Ergebnis, dass die Sommerzeit zu geringfügigen Einsparungen beim Energieverbrauch führt.

5. Existieren Untersuchungen zur volkswirtschaftlichen Produktivität und Leistungsfähigkeit in den Wochen nach der Zeitumstellung, und welche Schlussfolgerungen zieht die Bundesregierung daraus?

Die TAB-Studie aus dem Jahr 2016 (siehe Antwort zu Frage 3) hat die Auswirkungen der Sommerzeit auf die deutsche Volkswirtschaft umfassend analysiert (Bundestagsdrucksache 18/8000). Die Autoren kommen zu dem Schluss, dass ein Mangel an evidenzbasierten wissenschaftlichen Daten keine belastbaren quantitativen Abschätzungen darüber zulässt, wie sich die Sommerzeit auf verschiedene Wirtschaftsbereiche auswirkt. Insgesamt spreche allerdings vieles dafür, dass sich die Wirtschaftssektoren an die Sommerzeit angepasst hätten. In einigen Branchen würde die Zeitumstellung als lästig empfunden, in anderen hingegen als vorteilhaft.

Neuere Untersuchungen zur volkswirtschaftlichen Produktivität und Leistungsfähigkeit in Deutschland in den Wochen nach der Zeitumstellung liegen der Bundesregierung nicht vor.

Eine aktuelle internationale Studie der US-Ökonomen Waddell und Dickinson (2024) untersuchte die Wirkung der Zeitumstellung anhand von GitHub-Daten von etwa rund 175 000 Personen im Zeitraum 2013 bis 2019. GitHub ist eine Versions-Kontroll-Plattform, die u. a. von Software-Entwicklerinnen und Entwicklern genutzt wird und weltweit rund 83 Mio. registrierte Nutzende hat. Die Ergebnisse zeigen, dass die Umstellung auf Sommerzeit die Arbeitsproduktivität nicht nur ein bis zwei Tage, sondern bis zu zwei Wochen beeinträchtigen kann. Besonders in den frühen Morgenstunden hätten Arbeitende Schwierigkeiten, in den Arbeitstag zu starten. Bei der Umstellung auf Winterzeit dagegen, wurde ein gegenläufiger Effekt beobachtet. Die Forscher vermuten, dass der Produktivitätszuwachs auf den zusätzlichen Schlaf zurückzuführen sei. In welchem Maße sich die Ergebnisse auf die deutsche Volkswirtschaft insgesamt übertragen lassen, ist jedoch ungewiss.

6. Werden aus Bundesmitteln laufende oder geplante Forschungsvorhaben zur Thematik „Zeitumstellung und Gesundheit“ gefördert (z. B. Deutsche Forschungsgemeinschaft e. V., Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren e. V., Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt e. V.), und wenn ja, welche?

Über die thematische Ausrichtung von Forschungsvorhaben, die im Rahmen der gemeinsam durch Bund und Länder getragenen Grundfinanzierung der außeruniversitären Forschungsorganisationen durchgeführt werden, entscheiden die jeweiligen Einrichtungen eigenständig. Der Bundesregierung liegen keine Kenntnisse zu Forschungsvorhaben zur genannten Thematik vor.

Derzeit gibt es keine laufenden durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) geförderten Projekte zum Thema „Zeitumstellung und Gesundheit“. Zu geplanten Forschungsvorhaben liegen der Bundesregierung keine Informationen vor.

Derzeit gibt es keine laufende Forschungsförderung zur Thematik „Zeitumstellung und Gesundheit“ seitens des Bundesministeriums für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR). Eine diesbezügliche Forschungsförderung ist nicht in Planung.

7. Welche Schlüsse zieht die Bundesregierung ggf. aus den Ergebnissen der EU-weiten Bürgerbefragung aus dem Jahr 2018, insbesondere im Hinblick auf die Wahrnehmung gesundheitlicher Belastungen (vgl. Frage 6)?

Die Bundesregierung spricht sich für eine harmonisierte Regelung aus, um den Binnenmarkt in den verschiedenen betroffenen Sektoren nicht zu belasten.

Hinsichtlich der gesundheitlichen Belastungen wird auf die Antwort zu den Fragen 2 und 4 verwiesen.

8. Warum wurden trotz entsprechender wissenschaftlicher Befunde und Bürgermehrheit bislang keine legislativen oder exekutiven Initiativen auf nationaler Ebene ergriffen, um die Zeitumstellung auszusetzen oder deren Folgen zu mindern (vgl. Vorbemerkung der Fragesteller)?

Bereits seit Anfang der 1980er-Jahre wird die Sommerzeit auf europäischer Ebene festgelegt. Die Zeitumstellung beruht auf der für alle Mitgliedstaaten verbindlichen EU-Richtlinie 2000/84/EG, die in Deutschland durch die Sommerzeitverordnung umgesetzt wurde. Die EU-Richtlinie sieht die jährliche Zeitumstellung zwingend vor und belässt den Mitgliedstaaten kein Wahlrecht. Die Zeitumstellung kann daher nur auf EU-Ebene geändert werden. Für eine entsprechende Änderung liegt das Initiativrecht bei der Europäischen Kommission.

Die Europäische Kommission hat eine Studie zu den Auswirkungen einer möglichen Abschaffung der Zeitumstellung in Auftrag gegeben. Diese wird nach Aussage der Europäischen Kommission bis Ende 2026 laufen. Die Ergebnisse sollen im Anschluss veröffentlicht werden und als Basis für Verhandlungen im Rat und ggf. einen angepassten Vorschlag der Europäischen Kommission dienen.

9. Plant die Bundesregierung, den Forschungs- und Bewertungsstand zur Zeitumstellung in einem zusammenfassenden Bericht nach dem Vorbild der Technikfolgenabschätzungsberichte des Büros für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag (TAB) darzustellen, und falls ja, bis wann?

Die Bundesregierung hat derzeit keine Pläne, einen entsprechenden Bericht zu veranlassen.