Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 54 (1997)

Heft: 3

Vorwort: Xundheit

Autor: Altorfer, Hans

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ein Lebensthema

Xundheit

Hans Altorfer

Man wünscht sie bei jedem Niessen, und sie gehört als gute Botschaft in jeden Glückwunschbrief. «Wie geht's?», ist eine alltägliche Frage. Die Gesundheit begleitet uns lebenslang. Wir sind gesund oder eben krank – und gesund im idealen Sinne sind wohl die wenigsten und wenn, nur auf Zeit. Wir befinden uns auf einer lebenslangen Gratwanderung zwischen Krankheit und Gesundheit.

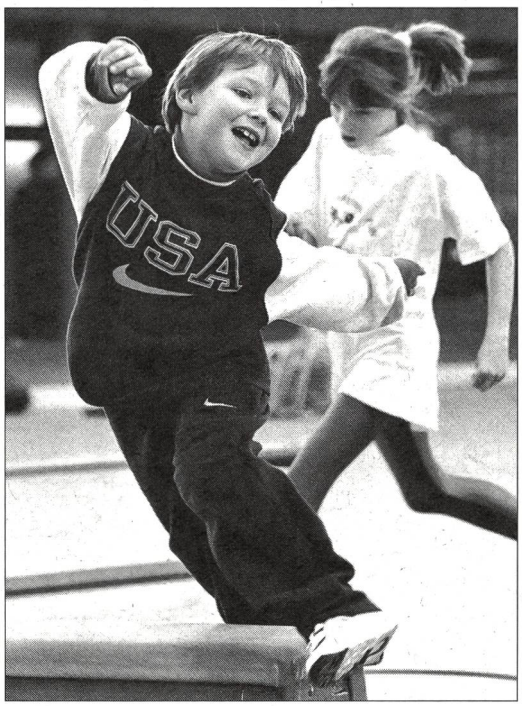
Dass die Gesundheit etwas ganz Entscheidendes ist, dokumentieren auch Politik und Medien. Gesundheit ist nicht nur etwas ganz Persönliches, sondern betrifft uns alle auch als Gesellschaft. Die Parlamente und Behörden quer durch unser Land finden das Thema als ständigen Traktandenpunkt ihrer Verhandlungsagenden. Die Medien greifen das Problem täglich auf. In letzter Zeit besonders häufig, weil wir an einem Punkt angelangt sind, bei dem viele sich die Kosten für das Kranksein kaum mehr leisten können.

Wir geben jährlich Milliarden für Medikamente aus. Ebenso für Krankenkassen und andere Versicherungen. Kommen dazu die Milliarden an Steuergeldern, die wir als Gemeinschaft für Spitäler aufwenden. Wir folgen dem allgemeinen Trend des Delegierens, hoffend, dass ein Mittel, ein Spezialist oder eine Institution dafür sorgen wird, dass es mir wieder gut oder doch besser geht. Die Eigenleistung, etwas tun für die eigene Gesundheit oder kleinere gesundheitliche Probleme selber zu lösen, diese Eigenleistungen sind in grossem Masse abhanden gekommen.

Es ist verlockend, selber nichts zu tun bei diesem vielfältigen Angebot, das ausserdem gut vermarktet wird. Die Arzneimittelindustrie floriert, Ärzte werden in übergrosser Zahl ausgebildet, neue Berufe entstehen und alle wollen davon leben. Angebot und Nachfrage? Huhn oder Ei?

Die Wissenschaft hat schon längst gesicherte Daten, die beweisen, dass mit relativ geringem Aufwand schon grosse Wirkungen erzielt werden könnten. Mit etwas mehr Bewegung zum Beispiel könnten diverse gesundheitliche Probleme gemildert werden, was sich in einer gesamten Gesundheitsrechnung des Staates erheblich niederschlagen würde.

Die von der ESSM vor einiger Zeit ohne Pauken und Trompeten ausgelöste Aktion «Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport» beginnt an verschiedenen Orten mit verschiedenen Ansatzpunkten zu greifen. Das Mosaik wächst.



Von jung an mit Bewegung durchs Leben.
(Foto Hugo Rust)

Auch J+S will das Thema vor allem in den Fortbildungskursen der nächsten Jahre aufgreifen, um über die Leitenden bereits den jungen Leuten ein bewussteres Umgehen mit der Gesundheit nahe zu bringen.

Besonders für die sportlich engagierten Jugendlichen ist der Aspekt der Gesundheit nicht vordergründig. Sie wollen Sport treiben und gehen dabei auch Risiken ein. Das ist natürlich und liegt im Wesen des Sportes. Gesundheit bedeutet heute ja mehr als nicht krank oder verletzt sein, sondern beinhaltet allgemeines Wohlbefinden. Aber die banale Erkenntnis, vom «Was Hänschen nicht lernt...», gilt wohl auch in diesem Bereich. Nichts wäre falscher, als Angst vor Unbill zu schüren. Aber ganz ohne Bewusstsein über diesen angesprochenen Grat zu wandeln, ist wohl auch nicht das Richtige. Es ist zu hoffen, dass mit dem gewählten Vorgehen langfristig ein Erfolg zu erzielen ist. ■