

Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz
Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz
Band: 84 (1975)
Heft: 2

Rubrik: Unsere Gesundheit

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: 23.02.2026

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

unsere Gesundheit

Reiten ist idealer Invalidensport

Es ist eine alte Geschichte, dass man körperlich oder geistig behinderte Menschen in früheren Zeiten aus der Gemeinschaft ausgeschlossen, manchmal sogar besiegt hat. Die berühmten Spartaner setzten manchmal ausgebildete neugeborene Kinder aus. Noch bis weit in die Neuzeit war der «Schwachsinnige», der «Krüppel», ein höchstes geduldetes Phänomen. Man hat sich von ihm distanziert, hatte den Eindruck, man sei schon sehr wohltätig, wenn man ihm half, seine beklagenswerte Existenz notdürftig zu fristen. Auch heute ist es noch nicht in das Bewusstsein aller Menschen gedrungen, dass die Sorge für die benachteiligten Mitmenschen eine existentielle Aufgabe ist. Übernimmt man aber eine derartige Aufgabe, so ist das Tätigkeitsfeld umso sympathischer, je weiter weg sich das Elend abspielt! Auch in unserem Land gibt es so viel geistiges und körperliches Elend, dass man sich voll dafür einsetzen muss. Als Beispiel diene hier die Fürsorge und Behandlung einer besonderen Gruppe von körperlich behinderten Kindern und Erwachsenen: Patienten, die einerseits an den Folgen der Kinderlähmung leiden oder anderseits vorwiegend infolge Geburts schäden (spastische oder krampfartige Lähmung) behindert sind. Lähmungen treten einerseits auf nach Verletzungen der Wirbelsäule, aber anderseits auch als Folge von Kinderlähmung (schlaffe Lähmung) oder als spastische und krampfartige Lähmung, die meist auf Geburts schäden zurückzuführen sind. Letztere nennt man cerebrale Lähmung (englisch «Cerebral Palsy», man spricht hier deshalb abgekürzt auch von CP-Patienten).

Bewegungstherapie für Cerebral Gelähmte

In den letzten Jahren hat sich eindeutig gezeigt, dass eine sorgfältige und systematische Bewegungstherapie in der Lage ist, die Funktionen der Cerebral Gelähmten

ganz erheblich zu verbessern. Dabei gilt es vor allem zu verhindern, dass falsch eingespürte Bewegungsabläufe die im Patienten vorhandenen Möglichkeiten von richtigen Koordinationen hemmen. Infolge einer Erkrankung oder einer Verletzung, die zu einer anatomischen Veränderung im Gehirn geführt hat, haben willkürlich beabsichtigte Bewegungsabläufe eine besonders ungünstige Wirkung auf den Ablauf der Bewegung. Die «Spastizität» (Verkrampfung) nimmt bei einer gewollten Bewegung auffällig zu, wenn nicht eine geeignete Schulung dieser Wirkung entgegensteuert. Die ungewollten Bewegungen (reflektorische «Mitbewegungen») laufen hingegen oft wenig gestört ab. Damit wird, wie die Erfahrung lehrt, die zu Grunde liegende allgemeine Verkrampfung gelockert. Je weniger der Patient weiß, was er machen soll, je stärker die Bewegungen durch die äusseren Bewegungsabläufe reflektorisch beeinflusst sind, desto ungezwungener verlaufen auch die willkürlich motorischen Aktionen. Reine Bewegungstherapie hat den grossen Nachteil, dass sie – vor allem bei Kindern – auf die Dauer keinen Spass mehr macht, weil, wie man heute sagt, die «Motivation» unbefriedigend ist. Ein weiterer Nachteil ist, dass jede Form der Behandlung dem Kranken seine Krankheit immer erneut zum Bewusstsein bringt. Eine wirklich moderne Therapie muss deshalb mannigfaltig sein und die Integration des Patienten in die Welt der Gesunden zum Ziele haben.

Reitsport als idealer Bewegungssport

Sport ist Übung der körperlichen Leistungsfähigkeit im Rahmen der gesamt menschlichen Entwicklung. Guter Sport wird aber vorzugsweise gruppenweise – im Team – getrieben. Darin liegt für viele Menschen die erzieherische Bedeutung des Sports vor allem bei jenen Sportarten, die als Mannschaftssport grosse Bedeutung haben. Für den körperlich Behinderten, besonders für die hier in erster Linie ins Auge gefassten CP-Patienten, gibt es aber kaum Möglichkeiten, Mannschaftssport zu treiben. Die individuellen Fähigkeiten und Behinderungen sind allzu verschieden als dass derartige Menschen sich im Team sportlich betätigen könnten. Man sucht daher einerseits nach einer sportlichen Betätigung, die dem Patienten das Ausschöpfen der ihm innenwohnenden Möglichkeiten unter positiver Gefühlsbetonung erlaubt, und anderseits nach einem Sport, der gleichwohl einen geselligen Charakter hat, der dem Patienten das Gefühl der Vereinsamung nehmen hilft. Die gesuchte Sportart soll aber gleichzeitig ein grosses Mass lockernder, reflektorischer Mitbewegungen hervorrufen.

Es ist kein Wunder, dass man im Laufe der Zeit erkannt hat, wie sehr ein sorgfältig dosierter Reitsport gerade für die CP-Patienten in erstaunlicher Weise allen oben

gestellten Forderungen entspricht. Seit etlichen Jahren werden entsprechende Reitkurse und sogar «Reitturniere» für Körperbehinderte in Deutschland durchgeführt. In der Schweiz sind derartige Kurse zum Teil ebenfalls schon durchgeführt, zum Teil geplant. Dr. med. Ulrich Wirth hat über die Bedeutung des Reitens für Behinderte in der Zeitschrift «Der Physiotherapeut» (Nr. 238) einen beachtenswerten Aufsatz veröffentlicht. Die Bewegung des Pferdes überträgt sich passiv auf den Reiter. Sie ist unendlich abwechslungsreich und immer wieder neu. Der Reiter hat sich nicht nur mit Bewegungsabläufen, sondern auch mit einem lebenden, grossen Tier auseinander zu setzen. Das Pferd ist durch seine Domestizierung während Jahrtausenden stark auf den Menschen bezogen, einführend und sympathisch. Die Erfahrung lehrt denn auch, dass die reitenden Patienten sich als sporttreibende Rekonvaleszenten vorkommen und das Reiten außerhalb der üblichen Bewegungstherapie positiv empfinden. Das Nachlassen der Verkrampfung ist nach den Reitlektionen ganz augenfällig und hält mit der Zeit mehrere Tage an. Vom ärztlichen Standpunkt aus ist daher Reiten als Sport für Spastiker ausserordentlich zu empfehlen.

Sozialpolitisch verkannte «Gesundheitsreiterei»

Eine grosse Schwierigkeit liegt jedoch darin, dass das Reiten als «Herrensport», als «Luxus für Wenige» gilt. Die Öffentlichkeit sieht und hört vom Reitsport in erster Linie bei grossen Springprüfungen auf nationaler und internationaler Ebene. Die Benützung des Pferdes als Reittier war aber ehemals weitverbreitet, und heute ist das Reiten wieder ein Volkssport ohne jede äussere Prätention geworden. Ohne schickes Tenue, auf braven Bauernpferdchen und Ponies, reitet jung und alt auf Feldwegen und in Wäldern, meist gesellig, durch das Land. Wenn man sich überlegt, was Skiausrüstung und Skiwochenende kosten, darf man diese friedliche Form der Reiterei ebenso sehr als «Volkssport» bezeichnen wie das Skifahren. Der «Skiwanderer» ist kein Snob, der «Gesundheitsreiter» aber auch nicht. Es ist daher anzustreben, dass unsere Sozialfürsorge dem Reitsport für Behinderte ebenso positiv gegenübertritt wie anderen sportlichen Bemühungen, die im weiteren Sinne zur «Therapie» gehören. Es handelt sich darum, auch dem Behinderten, in diesem besonderen Falle dem Cerebral Gelähmten, menschlich zu begegnen, ihm eine Chance mehr zu geben, sich einzugliedern in die Gemeinschaft und dabei sein Leiden zu lindern und zu bessern.

Dr. med. Felix Fierz, Küsnacht