

Zeitschrift:	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	18 (1961)
Heft:	[8]
Artikel:	Die Viertelliter an den Olympischen Spielen
Autor:	Bircher, R.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-990837

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: 11.01.2026

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

noch jeden Winter Langläufe. Die mittlere Lebenserwartung der alten Skimeister ist in Finnland 73 Jahre. Für die vergleichbare männliche Gesamtbevölkerung betrug der Durchschnitt in derselben Periode nur 66 Jahre. Man kann somit den Schluss ziehen, dass

intensive sportliche Betätigung das Lebensalter nicht verkürzt; eher kann sie im Sinne einer Verlängerung der Lebenserwartung wirksam sein.

Die schwerste Form von körperlicher Lohnarbeit ist die Waldarbeit. Wenn die körperliche Arbeit einen Schutz gegen Koronarsklerose gewährt, dann sollten die Waldarbeiter weniger Herzinfarkte aufweisen als die übrige Bevölkerung. Dies ist auch tatsächlich der Fall: in einer Gegend im östlichen Finnland wurden alle Männer zwischen 40 und 59 Jahren untersucht. Von den 815 Männern waren 380 entweder ganz oder teilweise als Waldarbeiter tätig. In dieser Gruppe wurden wesentlich seltener Koronarsklerosen auf dem Elektrokardiogramm gefunden als bei den andern Männern der gleichen Gegend.

Wir wissen heute, dass Leute mit einem hohen Cholesterinspiegel im Blut ein erhöhtes Risiko für Koronarsklerosen haben. Ein niedriger Cholesteringehalt ist für die Skiläufer, wenigstens während ihrer sportlich aktiven Periode kennzeichnend. Der durchschnittliche Gehalt war 204 mg % bei den männlichen Skiläufern, während er für die gleichaltrige männliche Gesamtbevölkerung 225 mg % betrug.

Die Waldarbeiter essen eine ungewöhnlich fettreiche Kost; der Cholesteringehalt, der zum Teil vom Fettgehalt der Nahrung abhängt, sollte bei ihnen erhöht sein. Dies war jedoch nicht der Fall: die schwere Arbeit brachte den Cholesterinspiegel herab zu denselben Werten wie bei der Gesamtbevölkerung. Der Schutz

der Waldarbeiter gegen die Koronarsklerose kann man somit nicht mit besondern Änderungen des Cholesterins erklären.

Nach amerikanischen, englischen und schweizerischen Statistiken ist die Sterblichkeit an Herzinfarkt bei Zigarettenrauchern erhöht. Dies ist jedoch keine Erklärung für die Gesundheit der Waldarbeiter; sie rauchen eher mehr als die andern Männer der gleichen Gegend. Auch der Blutdruck war bei den Waldarbeitern gleicher Größenordnung wie bei den andern Männern.

Prof. Karvonen zieht aus diesen Untersuchungen den Schluss, dass intensive körperliche Tätigkeit einen gewissen Schutz gegen die Entstehung der Koronarsklerose und somit gegen den Herzinfarkt bietet.

Ein Teil dieses Schutzes beruht auf der cholesterinsenkenden Wirkung der körperlichen Arbeit; ein anderer Teil der Schutzwirkung muss auf einem weiteren, heute noch nicht bekannten Effekt der körperlichen Arbeit beruhen.

Diese Forschungsergebnisse aus Finnland bestätigen andere Untersuchungen: In England wurde festgestellt, dass die Herzinfarkt-Mortalität bei Briefträgern, bei Kontrolleuren in zweistöckigen Autobussen und bei praktischen Aerzten niedriger ist als bei analogen Berufen mit sitzender Arbeitsweise (Telephonistin, Autobuschauffeure, konsultativ arbeitende Aerzte). Außerdem wiesen Schwerarbeiter signifikant seltener Herzinfarkte auf als Arbeiter mit leichten Beschäftigungen. Amerikanische Forscher fanden unter 355 ehemaligen Fussballspielern der Harvard-University eine grössere Herzinfarkt-Häufigkeit bei jenen, welche nach Abschluss der Studien die sportliche Betätigung gänzlich aufgegeben hatten.

(Fortsetzung folgt)

Die Viertelliter an den Olympischen Spielen

Die Franzosen sind als Geschlagene — ohne eine einzige Goldmedaille — von den Olympischen Spielen in Rom zurückgekommen, nachdem ihre Rekordler-Fabrik (« L'Usine des Champions », Lecture pour Tous, Okt. 59) gewaltige Vorbereitungen geleistet und der von de Gaulle eingesetzte Verantwortliche für Körperfunktion, Maurice Herzog, seinem Volk ein gutes Dutzend Goldmedaillen versprochen hatte. Woran lag es? Sowohl der russische wie der amerikanische Trainer erklärten die Niederlage der Franzosen einmütig mit deren Weingenuss. «Ein wenig Wein, und der Athlet verliert die Zehntelsekunde, die den Sieger vom Besiegten trennt» (Korobkow).

Wir hätten den Franzosen einen vollen Erfolg ihrer Bemühungen herzlich und aufrichtig gegönnt; aber vielleicht braucht das französische Volk und brauchen insbesondere seine Gelehrten solche Erlebnisse, um endlich verstehen zu lernen, dass das wahre Verhängnis beim Alkohol nicht in der Trunksucht, den Auswüchsen, dem Uebermass, den Mengen von mehr als einem Liter im Tag liegt, sondern gerade im anständigen Mass, im ersten täglichen Liter Wein, den es so stur verteidigt. Das, was Prof. Auguste Forel vor mehr als 80 Jahren lernte und der grosse französische Vorkämpfer Prof. Pierre Delore bis zu seinem kürzlichen Tode nicht wahrhaben wollte, das muss jetzt verstanden werden. Darin liegt wohl der Sinn der peinlichen Niederlage von Rom.

Deren Erklärung durch die Russen und Amerikaner hat, wie die « Tribune de Lausanne » vom 19. 9. 1960 schrieb, beim ärztlichen Leiter der französischen

Mannschaft, Dr. Mathieu, zuerst ein unbändiges Gelächter ausgelöst; dann soll er plötzlich krebsrot im Gesicht geworden sein und — ohne die scheinbar angeschraubte Zigarette aus dem Mund zu nehmen — geschrien haben: «Vollkommen idiotisch! Wer die Gewohnheit hat, ein Glas Wein zum Essen zu trinken, der braucht diese Gewohnheit nicht der Olympischen Spiele wegen zu ändern!» Keiner der Athleten habe mehr als 1/4 Liter aufs Mal erhalten, und er habe ihnen den Wein obendrein sorgfältig ausgesucht, damit er der Verdauung nicht schade...

Das Verhalten dieses Arztes, der doch ausgesucht worden war, um das Interesse der Nation an wichtiger Stelle zu wahren, zeigt, wie ahnungslos die französische Medizin der Frage der Suchtmittel gegenübersteht. Erkenntnisse, die in anderen Ländern längst selbstverständliches Gemeingut der Kenner geworden sind, scheinen ihr noch fremd zu sein. Das ist traurig.

Dr. R. Bircher

In einer Zeit, in der schon Kinder und Jugendliche stundenlang vor dem Fernsehschirm sitzen, bedeutet die Rückführung in natürliche Lebensbedingungen mit ausreichender Bewegung auf Spielplätzen, im Schwimmbad oder auch beim Wintersport ein für die Zukunft unserer gesamten biologischen Entwicklung so wichtiges Problem, dass man alle ärztlichen Lösungsversuche der sich hier abzeichnenden Fehlentwicklungen immer als akut bezeichnen muss.

Prof. Dr. H. Grebe, Frankenberg/Eder