

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 37 (1980)

**Heft:** 4

**Artikel:** Sportmedizin in der Schweiz

**Autor:** Bollag, Hans-Rudolf

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993874>

### **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**

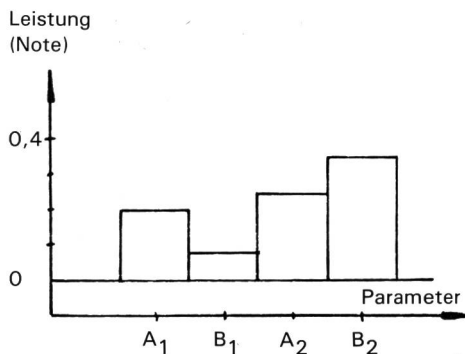
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

**Download PDF:** 03.05.2026

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

phase nicht signifikant voneinander. Auch nach den Lektionen unterschieden sich die beiden Altersgruppen nicht voneinander. Beide Gruppen verbesserten sich um etwa einen Punkt (Gruppe 11 Jahre: 0,8 Pt./Gruppe 14 Jahre: 0,9 Pt.). Demzufolge kann beim Saltotraining auf beiden Altersstufen mit einem gleichgrossen Lernerfolg gerechnet werden.

In der nächsten Abbildung wird die durchschnittliche Verbesserung auf die vier einzelnen Parameter verteilt. Hohe Leistungsfortschritte wurden im Absprung ( $A_1$ ) und vor allem in der Landung ( $IA_2-105I$  und  $IB_2-160I$ ) erzielt. Der Hüftwinkel in der Rotation ( $B_1$ ) war zu Beginn des Trainings klein und konnte nicht mehr stark verbessert werden. Die Korrekturanweisung «Körper in der zweiten Flugphase ausstrecken» hat wesentlich zur Verbesserung des Hüftlandwinkels ( $IB_2-160I$ ) beigetragen.



### 3. Schlussfolgerung

Da es vom Standpunkt der Leistungsverbesserung her gesehen keine Rolle spielt, ob man den Salto mit elf-, oder vierzehnjährigen Schülern einführt, können andere Gesichtspunkte, zum Beispiel der medizinische, hinzugezogen werden, um eine für die Schüler sinnvolle Entscheidung zu fällen.

## Sportmedizin in der Schweiz

Dr. med. Hans-Rudolf Bollag, Zürich

«Mens sana in corpore sano – Gesunder Geist im gesunden Körper», diese Formulierung hat im Laufe der Jahrhunderte mannigfaltige Auslegung erfahren.

### Sport als Mittel zum Zweck

Vermehrte Sportverletzungen und Sportschäden als Folge des unvermindert anhaltenden Fitness-Trends einerseits und der übersteigerten, prestigebeladenen Bewertung des Spitzensports andererseits zwingen den Arzt als direkt Beteiligten, den Wert der sportlichen Betätigung an sich zu überprüfen. Sport verbessert die psychische und körperliche Leistungsbereitschaft, sie erhöht damit das Wohlbefinden. Sport hilft mit, Risikofaktoren zu eliminieren oder zu verhindern (Übergewicht, Nikotin, Alkohol, Drogen). Diese Feststellungen gelten für den Breitensport; ob sie auch noch im Spitzensport zutreffen (Doping, Übertraining, Politisierung, Kommerzialisierung usw.), bleibt dahingestellt.

### Hausarzt = Sportmediziner zwischen Breitensport und Spitzensport

Bei der völlig verschiedenen Zielsetzung von Breitensport und Spitzensport fällt es nicht leicht, die Stellung des Sportmediziners festzulegen. In der Schweiz existiert der offizielle Titel: «FMH für Sportmedizin» oder «Sportarzt» nicht. Für den Laien sind diejenigen Ärzte Sportmediziner, von denen man in Sportzeitungen im Zusammenhang mit der Betreuung von Fussballmannschaften, Olympiadewettkämpfern usw. liest. Sport ist jedoch ein integrierender Bestandteil unserer heutigen Lebensführung. Medizinische Probleme im Zusammenhang mit sportlicher Betätigung gehören deshalb zur Routine des medizinischen Alltags. Grundsätzlich besteht kein Unterschied in der medizinischen Problematik, weder beim Spitzensport noch beim Breitensport, ja nicht einmal beim Invaliden- und Alterssport. Auch die Rehabilitation nach Krankheit oder Operation ist im weitesten Sinne hier einzuordnen. Die laienhafte Cliché-Vorstellung, der «Sportmediziner» sei

nur im Anschluss an Sportverletzungen aufzusuchen, ist falsch. Sportmedizinische Betreuung sollte sich nicht auf die Rehabilitation beschränken, sondern in erster Linie vorbeugend wirken. Die Verhinderung, nicht die Behandlung, einer Fussverstauchung oder eines Kreislaufkollapses ist das zentrale Problem. Diese Prävention betrifft vor allem den Bewegungsapparat (Knochen, Gelenke, Sehnen, Muskeln, usw.) einerseits, Herz-Kreislaufsystem und Funktion der inneren Organe andererseits.

### Sportmedizinische Situation in der Schweiz

Die medizinische Ausbildung beschäftigt sich bei uns nur am Rande mit sportspezifischen Problemen. Im Gegensatz etwa zu den Ostblock-Staaten, wo die Erlangung der Subspezialität «Sportarzt» an den Besuch genau definierter Fortbildungs-Kurse gebunden ist, existiert hierzulande auch eine solche Möglichkeit nicht. Die Betreuung des «Gesundheits-sportlers» obliegt dem Allgemeinpraktiker. Erst dort, wo dieser zeitlich und thematisch überfordert ist, liegt das Einsatzgebiet von Spezialisten, die sich vorwiegend mit Problemen des Sports befassen.

Neben der rein fachlichen Kompetenz verlangt sportmedizinische Beratung vom Arzt ein richtiges Sportverständnis. Dieses sollte auf eigener Erfahrung (Kenntnis der sport-spezifischen Belastung) beruhen. Leider ist aber der Begriff «Treibe Sport oder bleibe gesund» bei vielen Ärzten noch verwurzelt. Daran ändert auch die Tatsache nichts, dass im Verlauf der letzten Jahre – wohl im Zusammenhang mit dem Werbecharakter des Spitzensports – die Betreuung der Wettkampfsportler in der Schweiz wesentlich verbessert worden ist.

Koordinationszentrum für Leistungs-Sportbetreuung ist das Forschungszentrum der eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen. Die sportmedizinische Pflege des Olympiakaders obliegt einem mehrköpfigen Ärzteteam. Die Mehrzahl der schweizerischen Sportverbände verfügt über einen eigenen Verbandsarzt.

### Zusammenfassung

- Die Sportmedizin ist aus der Allgemeinmedizin nicht wegzudenken. Vorerst zuständig ist und bleibt der Hausarzt.
- Vermehrte Ausbildung des Medizinstudenten im sportmedizinischen Bereich ist deshalb notwendig.
- Die Niederlassung von Ärzten, die sich vorwiegend mit sportmedizinischen Problemen im weitesten Sinne beschäftigen, ist in allen Landesteilen erwünscht.

Anschrift des Verfassers:  
Xaver Kälin  
Sihlfeldstrasse 20, 8003 Zürich



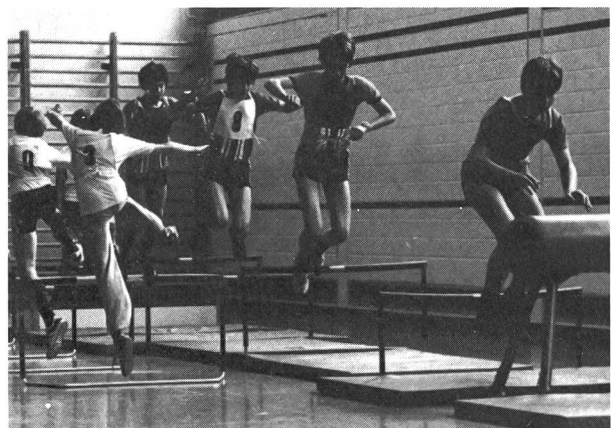
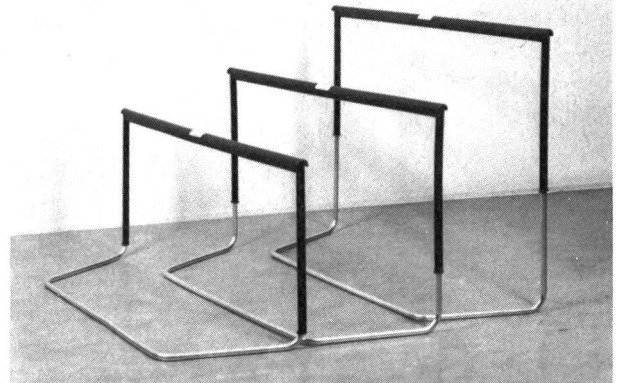
Kern & Co. AG, 5001 Aarau  
Vermessungsinstrumente  
Photogrammetrische Geräte  
Zeicheninstrumente



## Bachmann- Übungshürden

für abwechslungsreiche Turnstunden

- Lauf- und Rhythmusschulung ohne Angst vor Verletzungen
- Förderung der Schnellkraft, Konditionstraining, Sprungübungen
- Verwendung als Tore im Spielunterricht
- Kunststoffrohre als Gymnastikstäbe einsetzbar
- Geeignet für den Unterricht in der Halle und im Freien
- Leicht zu transportieren, trotzdem standfest
- Preisgünstig, z.B. bei Abnahme von 10 Stück nur Fr. 50.-/Stk.
- Verlangen Sie den Prospekt



Sprungkrafttraining

Fabrikation und Verkauf:

**R. Bachmann**  
Steineggstrasse, 8503 Hüttwilen  
Telefon 054 92463