

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 112 (1986)  
**Heft:** 29

**Artikel:** Freizeit macht krank  
**Autor:** Karpe, Gerd / Ursch, Günther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-609425>

### **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:** 16.02.2026

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



# Freizeit macht krank

«Herr Doktor, stellen Sie sich vor, ich war vier Wochen verreist und bin ohne Sonnenstich, ohne Kreislaufkollaps, ohne Sehnenriss oder Beinbruch durch die Ferien gekommen. Das ist doch nicht normal? Oder?»

«Zumindest ist es ungewöhnlich. Sie fühlen sich also wohl,

**Von Gerd Karpe**

haben keinerlei Beschwerden?»

«Das zu behaupten wäre leichtfertig.»

«Wo also fehlt's denn?»

«Herr Doktor, Sie haben einen ausgezeichneten Ruf als Facharzt für Freizeitschäden.»

«Von denen Sie Glücklicher bisher verschont geblieben sind.»

«Eben. Bisher, das ist es. Und da wollte ich, wissen Sie, vorbeugend gewissermaßen – oder prophylaktisch, wie die Mediziner sagen – Ihren Rat, Herr Doktor. Jetzt, nach der Arbeitszeitverkürzung, werden die Probleme immer drängender, verstehen Sie?»

«Wem sagen Sie das! Die Freizeitschäden haben eine erstaunliche Wachstumsrate. Es sind mittlerweile über sechzig spezielle Freizeitschäden medizinisch erfasst. Sehen Sie, früher zog sich der Mensch bei der Arbeit kör-

perliche Schäden zu, heute macht

ihn die Freizeit kaputt. Wir Ärzte

müssen uns darauf einstellen.»

«Ist es wirklich so schlimm?»

«Ohne Frage. Nach dem Sommerurlaub stehen die freizeitgeschädigten Patienten bei mir Schlange.»

«Mit welchen Beschwerden?»

«Das geht quer durch alle Freizeitsportarten. Denken Sie bloss mal an die berühmte Tennisschulter oder den Tennisarm.»

«Kein Wunder, wenn jeder, der einen Tennisschläger in die Hand nimmt, sich einbildet, er wäre Boris Becker.»

«Neuerdings haben wir es aber auch vielfach mit den sogenannten Surfer-Knoten zu tun, bei Leuten, die sich täglich stundenlang in den Wind hängen.»

«Ist es vielleicht ratsamer, seine Freizeit im Spielcasino zu verbringen?»

«Wenn Sie das tun, werden wir uns sehr bald wiedersehen.»

«Wieso?»

«Ich denke an die rapide um sich greifenden Entzündungskrankheiten im Bereich der Bizeps, hervorgerufen durch die

ständig gleichen Armbewegungen am Spielautomaten.»

«Nun gut, dann setze ich mich lieber auf mein Rennrad.»

«Auch da haben Sie beste Aussichten mein Dauerpatient zu werden. Die Fälle von Harnträufeln nehmen ständig zu. Eine Folge der masslosen Tour-de-France-Begeisterung.»

«Also dann besser die Laufschuhe angezogen und auf zum fröhlichen Joggen.»

«Sind Sie invaliditätssüchtig, Mann? Die Herzmuskelschäden durch Jogging sind unübersehbar. Vom häufigsten Jogger-Leiden, der geschädigten Achillessehne, ganz zu schweigen.»

«Was halten Sie denn von einer soliden Freizeitbeschäftigung als Heimwerker?»

«Die Heimwerkelei ist unbestritten zum Ersatz der einstigen Betriebsunfälle geworden. Da stehen Ihnen sämtliche Verletzungsmöglichkeiten offen.»

«Das ist ja zum Verzweifeln, Herr Doktor! Um ja nichts zu riskieren, werde ich mich in meiner Freizeit nur noch vor den Bildschirm setzen.»

«Auch nicht schlecht!»

«Was soll das heißen?»

«Haben Sie schon mal was von Fernseh-Thrombose gehört?»

«Danke, Herr Doktor, das langt! Leben Sie wohl!»

«Was haben Sie vor?»

«Ich werde sofort in der Firma anrufen und den Chef bitten, meine Arbeitszeitverkürzung rückgängig zu machen.»

