

Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 51 (2015)
Heft: 2

Rubrik: Kurzhinweise

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: 26.04.2026

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

Kurzhinweise

■ Die Kosten der körperlichen Inaktivität

Die Gesamtkosten der körperlichen Inaktivität in der Schweiz belaufen sich jährlich auf 2,5 Milliarden CHF, was rund 1,8 Prozent der gesamten Gesundheitsausgaben entspricht. Davon sind 1,165 Milliarden direkte medizinische Kosten und 1,369 Milliarden indirekte Kosten. Dies hat eine Forschungsgruppe der ZHAW um Renato Mattli beziffert. Knapp 40 Prozent dieser Kosten der Inaktivität fallen auf Rückenschmerzen, 27 Prozent auf Depressionen sowie 12 Prozent auf ischämische Herzkrankheiten. Wäre die ganze Bevölkerung 2011 aktiv gewesen, so hätten in diesem Jahr 325 000 Krankheiten und 1100 Todesfälle vermieden werden können. Nicht einbezogen in die Berechnungen wurden die Sportunfälle, zirka 100 enden jährlich tödlich. (bc)

www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/05190/13511/index.html?lang=de

■ Körperliche Aktivität und Blutdruck bei Kindern

Körperlich aktive Kinder haben einen tieferen Blutdruck. So lautet das Fazit einer grossen europäischen Studie mit 18 000 Kindern. Der Blutdruck in der Kindheit und im Jugendalter ist ein starker Prädiktor für den Blutdruck im Erwachsenenalter. Wolfgang Ahrens, ein Mit-Autor der Studie, betont, dass Kinder jeden Tag Gelegenheit haben sollten, ihren Bewegungsdrang auszuleben. Die WHO empfiehlt täglich 60 Minuten moderate und zusätzlich dreimal wöchentlich anstrengende Aktivität. (bc)

A. C. Ferreira de Moraes et al.: *Incidence of high blood pressure in children – Effects of physical activity and sedentary behaviors: The IDEFICS study. International Journal of Cardiology, February 1, 2015, Volume 180, Pages 165–170.*

■ Das Rätsel der alten Zeitschriften im Wartezimmer

Weshalb bloss liegen in Wartezimmern von Ärzten immer nur sehr alte Zeitschriften auf? Dieser Frage ist ein kleines Forschungsteam aus Neuseeland nachgegangen. Sie legten 87 aktuelle Zeitschriften in einem Wartezimmer eines Allgemeinpraktikers in Auckland auf, Klatschmagazine und anspruchsvollere Zeitschriften wie *Time Magazine* oder *National Geographic*. Nach einem Monat waren 41 Zeitschriften verschwunden, darunter bis auf eine Ausnahme alle Klatschzeitschriften. Durchschnittlich verschwanden 1,32 Zeitschriften pro Tag. Fazit dieser spassigen Studie: Nicht die Arztpraxen legen alte Zeitschriften aus, sondern die aktuellen Zeitschriften verschwinden. (bc)

Bruce Arroll et al. *An exploration of the basis for patient complaints about the oldness of magazines in practice waiting rooms: cohort study. BMJ 2014; 349: g7262.*

En bref

■ Le coût de l'inactivité physique

En Suisse, le coût de l'inactivité physique s'élève chaque année à 2,5 milliards de francs, ce qui correspond à environ 1,8 pour cent du total des dépenses de santé. Près de la moitié (46 %) de ce montant représente des frais médicaux directs, le reste représente des frais indirects. Ce calcul a été réalisé par un groupe de recherche de la Haute école des sciences appliquées de Zürich (ZHAW) en collaboration avec Renato Mattli. Environ 40 % des coûts de cette inactivité sont liés au mal de dos, 27 % à des dépressions et 12 % à des cardiopathies ischémiques. Si la totalité de la population avait été active en 2011, 325 000 maladies et 1100 décès auraient pu être évités. Les accidents du sport n'ont pas été inclus dans ces calculs; ils entraînent une centaine de décès par an. (bc)

www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/05190/13511/index.html?lang=fr

■ L'activité physique et la tension artérielle chez l'enfant

Les enfants qui pratiquent une activité physique ont une tension plus basse. C'est la conclusion d'une grande étude européenne réalisée sur 18 000 enfants. La tension artérielle au cours de l'enfance et de la jeunesse constitue un prédicteur important de la tension à l'âge adulte. Wolfgang Ahrens, coauteur de l'étude, souligne que les enfants devraient avoir chaque jour la possibilité de vivre à fond leur besoin de bouger. L'OMS recommande une activité modérée de 60 minutes par jour, plus un exercice physique intense trois fois par semaine. (bc)

A. C. Ferreira de Moraes et al.: *Incidence of high blood pressure in children – Effects of physical activity and sedentary behaviors: The IDEFICS study. International Journal of Cardiology, February 1, 2015, Volume 180, Pages 165–170.*

■ Le mystère des vieux magazines dans la salle d'attente

Pourquoi ne trouve-t-on toujours que de vieux magazines dans les salles d'attente des médecins? Une petite équipe de recherche de Nouvelle-Zélande s'est penchée sur cette question. Elle a posé 87 revues récentes dans la salle d'attente d'un généraliste d'Auckland, des magazines à potins et des revues plus exigeantes, comme le *Time Magazine* ou le *National Geographic*. Un mois plus tard, 41 revues avaient disparu, y compris les magazines à potins, à une exception près. En moyenne, 1,32 magazine avait disparu chaque jour. Bilan de cette étude amusante: les cabinets médicaux ne présentent pas de vieux magazines, ce sont les revues récentes qui y disparaissent. (bc)

Bruce Arroll et al. *An exploration of the basis for patient complaints about the oldness of magazines in practice waiting rooms: cohort study. BMJ 2014; 349: g7262.*