

Der Freizeitbrief

vom B·A·T Freizeit-Forschungsinstitut.



Herausgeber
Wissenschaftl. Berater
Hausanschrift
Kontakte
Postanschrift

B·A·T Cigarettenfabriken GmbH, Presse und Information
Prof. Dr. Horst W. Opaschowski
Alsterufer 4, 2000 Hamburg 36
Telefon (040) 41 61-25 73, Telex 2 13 456, Telekopierer (040) 41 51 32 31, Telegramm Powhattan Hamburg
B·A·T, Postfach 30 06 60, 2000 Hamburg 36

Ausgabe 52 7. Jhrg. 26. Aug. 1986

Blatt 1

Macht Freizeit krank?

Urlaub und Freizeit sind gleichbedeutend mit Spaß und Lebensfreude, Erholung und Entspannung. An Krankheit oder Unfall mag da niemand denken. Doch die Wirklichkeit sieht häufig anders aus. Nach einer neuen Repräsentativumfrage des B.A.T Freizeit-Forschungsinstituts mußte sich jeder dritte Bundesbürger in den letzten fünf Jahren zumindest einmal in ärztliche Behandlung begeben, weil er im Urlaub krank wurde oder sich in der Freizeit, bei Sport und Spiel verletzte.

Unfallrisiken beim Freizeitsport

Bewegungsmangel im Beruf, gestiegenes Gesundheitsbewußtsein und mehr frei verfügbare Zeit haben das Sporttreiben der Bundesbürger zu einer Massenbewegung werden lassen. Deutlich zugenommen hat die Zahl der nicht organisierten Freizeitsportler - und die Unfallrisiken im Sport auch.

20% aller Befragten nannten Verletzungen bei Ballsportarten, Tennis, Leichtathletik und Jogging sowie im Wintersport. D.h. im Verlauf der letzten fünf Jahre endeten sportliche Aktivitäten jedes fünften Bundesbürgers in der Arztpraxis. Hochgerechnet bedeutet dieses Ergebnis: rund 9,7 Millionen Sportverletzte in nur fünf Jahren - eine Zahl, die angesichts der allein für 1982 registrierten 1,5 Millionen Sportunfälle (Deutsches Ärzteblatt Heft 9/1985) durchaus als realistisch erscheint.

Die meisten Verletzungen zogen sich dabei die Anhänger von Mannschaftssportarten zu (Fußball, Handball, Volleyball etc. 8% der Nennungen). 5% der in der B.A.T-Erhebung Befragten nannten Abfahrts- und Langlauf, Schlittschuhlauf und Rodeln als Verletzungsgrund, gefolgt von Tennis und Jogging mit 4% bzw. 3%.

Der Freizeitbrief

vom B·A·T Freizeit-Forschungsinstitut.



Herausgeber
Wissenschaftl. Berater
Hausanschrift
Kontakte
Postanschrift

B·A·T Cigarettenfabriken GmbH, Presse und Information
Prof. Dr. Horst W. Opaschowski
Alsterufer 4, 2000 Hamburg 36
Telefon (040) 41 51-25 73, Telex 2 13 456, Telekopierer (040) 41 51 32 31, Telegramm Powhattan Hamburg
B·A·T, Postfach 30 06 60, 2000 Hamburg 36

Ausgabe 52 7. Jhrg. 26 Aug. 1986
Blatt 2

Wer prestigebewußt lebt - lebt offenbar gefährlicher: Jeder vierte Leitende Angestellte (27%) hat in den letzten fünf Jahren wegen einer Tennisverletzung den Arzt aufsuchen müssen, jeder fünfte wegen einer Verletzung beim Wintersport (20%) oder beim Jogging (18%). Damit liegt diese Gruppe deutlich über dem Durchschnitt der Bevölkerung.

Fahrrad- und Motorradfahren bedeutet vor allem für Jugendliche ein erhöhtes Risiko. Während nur jeder 20. Befragte diese Freizeitaktivität als Verletzungsgrund angab, war es bei den Jugendlichen im Alter von 16 bis 19 Jahren bereits jeder siebente (15%).

Ursachen, Folgen und Folgerungen

"Der Facharzt für Freizeitmedizin wird in Zukunft ein neues Betätigungsfeld finden", so Prof. Dr. Opaschowski, der Leiter des B.A.T Freizeit-Forschungsinstituts.

"Weil es eine kompetente freizeitmedizinische Beratung noch nicht gibt, verwechseln Millionen von Bundesbürgern die Bewegungslust mit Bewegungswut". Gestreßt von der Arbeit kommen sie am Feierabend nicht zur Ruhe: Zu wenig ausgeruht und entspannt stürzen sie sich in das Reiseabenteuer Urlaub, schwimmen auf jeder Fitneßwelle mit, tummeln sich in Volks- und Marathonläufen oder messen ihre Kräfte im Wettkampfsport. Übermüdung, Überschätzung und Überlastung sind die Hauptursachen für Freizeitunfälle. Dauerhafte Gesundheitsschäden können die Folge sein.

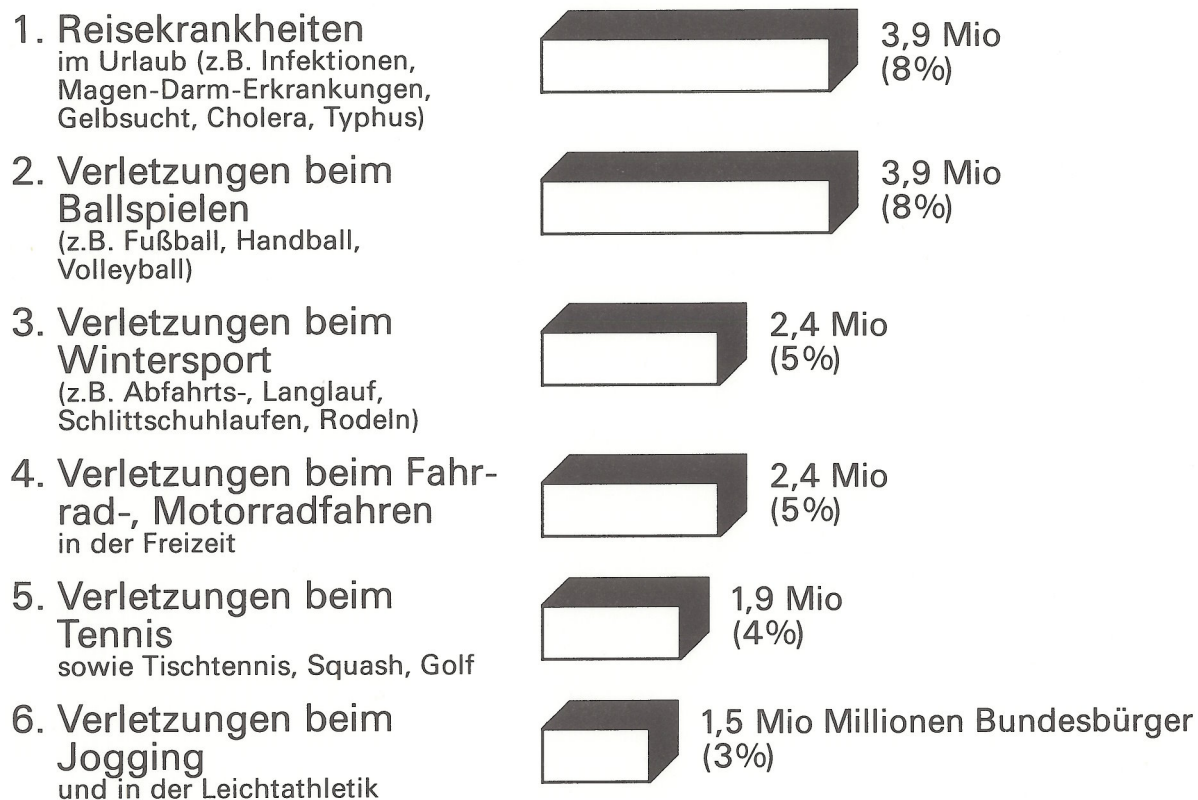
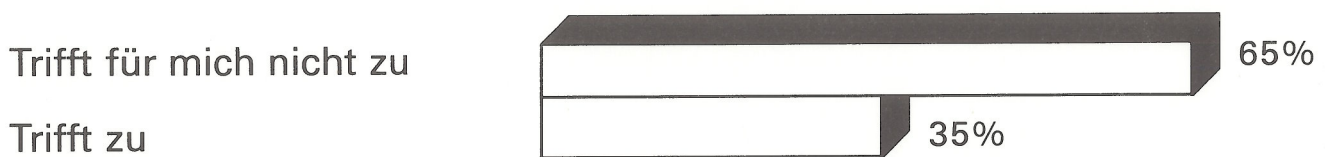
Die Medizin kennt mittlerweile rund 70 Freizeit-erkrankungen, wobei Tennisarm und Golfellenbogen, Joggerknie und Surferknoten inzwischen traurige Berühmtheit erlangten. Gleichzeitig nahmen psychosomatische Erkrankungen wie Wochenendneurosen und Feiertagsdepressionen, Sonntagskopfschmerzen und Urlaubsmigräne zu. Mit mehr Freizeit und Urlaub kommen neue Aufgaben der Prävention und Gesunderhaltung auf die Medizin und die medizinische Ausbildung der Ärzte zu.

Macht Freizeit krank?

Wachsende Unfall- und Krankheitsrisiken auf Reisen und beim Freizeitsport

Frage: „Wir haben hier einmal eine Reihe von **Unfallrisiken** gesammelt, die in der Freizeit, im Urlaub, bei Sport und Spiel entstehen können. Von welchen der folgenden Unfälle oder Verletzungen sind Sie persönlich **in den letzten fünf Jahren** betroffen gewesen, so daß eine **ärztliche Behandlung erforderlich** wurde?“

Antwort (Mehrfachnennungen möglich):



Repräsentativbefragung von 2.000 Personen ab 14 Jahre

Quelle: B·A·T Freizeit-Forschungsinstitut 1986

Mehr Freizeit schafft mehr Unfallrisiken oder kann krankmachen. Nach einer Repräsentativumfrage des B·A·T Freizeit-Forschungsinstituts mußten sich Millionen von Bundesbürgern in den letzten fünf Jahren einer ärztlichen Behandlung unterziehen, weil sie sich bei Sport und Spiel verletzt hatten oder im Urlaub und auf Reisen krank wurden.