



**Grußwort des Ehrenpräsidenten des Weltverbandes für
Sportmedizin (FIMS) und der Deutschen Gesellschaft für
Sportmedizin und Prävention
Prof. Dr. Dr. Wildor Hollmann**

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

der 37. Deutsche Kongress für Sportmedizin und Prävention trägt als Leitthema „Prävention durch Bewegung und Sport“. Es sei daran erinnert, dass nach Ende des Zweiten Weltkrieges bis tief in die 50er Jahre hinein international so gut wie keine experimentellen oder epidemiologischen Befunde existieren, welche einen Zusammenhang zwischen Gesundheitserhaltung und -förderung einerseits, Bewegung und Sport andererseits belegten. Vor allem deutsche und skandinavische Untersuchungen waren die weltweit ersten, welche naturwissenschaftlich gesicherte Fakten zu diesem Thema erbrachten. Die negativen Gesundheitsfolgen von Bewegungsarmut wurden ebenso untersucht wie die von verschiedensten Minimal-Trainingsprogrammen mit unterschiedlich körperlichen Betätigungsformen. Die Befunde bewirkten in der zweiten Hälfte der 60er Jahre u.a. die Umkehrung der international üblichen Behandlungsmethoden der absoluten 4-6wöchigen Bettruhe im Zustand nach Herzinfarkt hin zu Frühmobilisierung. Bewegungstherapie und Rehabilitation mittels körperlichem Trainings. Es war die Sportmedizin, welche diese wohl größte therapiebezogene kardiologische Revolution im vergangenen Jahrhundert auslöste.

Noch bis Ende der 70er Jahre gab es z. B. amerikanische Epidemiologen, welche jeden Zusammenhang zwischen körperlicher Bewegung und Gesundheit bestritten. Damals aber waren in Deutschland schon große Rehabilitationskliniken entstanden mit Ausrichtung auf körperliche Bewegung, und die Kurorte hatten sich bereits mehr und mehr aktiven anstelle von passiven Kurmaßnahmen zugewandt. Die in den ersten 30 Jahren nach Kriegsende durchgeführten experimentellen Befunde konnten dann ab 1978 durch eine zunehmende Zahl von epidemiologischen Studien bestätigt werden. Heute kann ein mit der Materie vertrauter Arzt und Wissenschaftler keinen Zweifel mehr hegen an der Bedeutung von körperlicher Aktivität allgemein (Bewegung) als auch der von gesundheitsbezogener sportlicher Betätigung hinsichtlich präventiver Effekte vom Kindes- bis zum Greisenalter, im Sinne der Primär- als auch der der Sekundärprävention. Im Kindes- und Jugendalter ist es die Aufgabe genügender körperlicher Aktivität, eine optimale Entwicklung von Körper und Geist zu bewerkstelligen. Beim erwachsenen Menschen dient körperliche Aktivität sowohl der Vorbeugung verschiedener Herz-Kreislauf- als auch Stoffwechselkrankheiten wie auch einigen Krebserkrankungen. Beim älteren und alten Menschen stellt gezielte körperliche Aktivität die einzige, wissenschaftlich gesicherte Möglichkeit dar, sich funktionell jünger zu erhalten, als es chronologisch dem Geburtsschein des Betreffenden entspricht.

In diesem Sinne wünsche ich allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern des 37. Deutschen Kongresses für Sportmedizin und Prävention einen angenehmen Aufenthalt in Rotenburg, verbunden mit einer Erweiterung des theorie- und praxisbezogenen Wissens.

Univ.-Prof. mult. Dr. med. Dr. h.c. W. Hollmann
Ehrenpräsident des Weltverbandes für Sportmedizin (FIMS)
Ehrenpräsident der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention