

Auch Invalide treiben Sport

Autor(en): **Knapp, Walter**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Schweizerische Rote Kreuz**

Band (Jahr): **73 (1964)**

Heft 4

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-974900>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ich öffne den Umschlag. Ruths «Tigerli» ist im Blutspenderausweis eingebettet. Da steht: Ruth M., Blutgruppe A.

Niemand wird mich der Rührseligkeit zeihen können. — Diesmal aber bekam ich einen engen Hals.

Wie manches Mal mag Ruth dazu beigetragen

haben, dass eine schwere Operation vorgenommen werden und gelingen konnte? —

Wer von denen, die sich über Ruth hoch erhaben fühlen, sie verlachen oder als dummes Tschumpeli betrachten, hat schon in so direkter Weise dem Nächsten gedient?
H. G.

AUCH INVALIDE TREIBEN SPORT

Von Walter Knapp

Der Körper muss aber ebenso sehr ausgebildet werden wie die Seele, wenn beide diejenige Vollkommenheit erhalten sollen, deren sie fähig sind.

(Lessing)

Seinen Ursprung hat der «Invalidensport» — der «Versehrtensport», wie er in Deutschland genannt wird —, in den Lazaretten des Ersten und mehr noch in jenen des Zweiten Weltkrieges. Er diente zunächst ausschliesslich dazu, Kriegsverletzten, die entweder ein oder mehrere Glieder verloren oder die durch schwere Verletzungen Lähmungen oder Versteifungen davongetragen hatten, eine Nachbehandlung zu ermöglichen.

Schon in den Jahren 1920—1924 hatte ich Gelegenheit, mit solchen Kriegsinvaliden in engen Kontakt zu kommen. Unter ihnen fanden sich viele einstige Sportler, die ein Bein, oft sogar beide Beine verloren hatten. Nachdem die Feldlazarette aufgehoben waren, wurden diese Menschen, meist Männer im besten Alter, in Spitäler und Hilfsspitäler eingewiesen. Wie sollten sie beschäftigt werden, bis man ihnen «Ersatzglieder», also Prothesen beschaffen konnte? Spitalgärten und Wiesen wurden zu improvisierten Sportplätzen. Auf ihren Beinstümpfen «spielten» diese Invaliden Ballspiele. Arbeit war für sie keine vorhanden. Durch die Spiele aber erreichten viele von ihnen, dass die noch gesunden Glieder und Organe gesund und leistungsfähig erhalten blieben.

Die Invaliden in aller Welt sind heute zu einem wichtigen volkswirtschaftlichen Problem geworden. In den Vereinigten Staaten von Amerika zum Beispiel gibt es etwa 28 Millionen invalide Menschen, darunter allein über 800 000 Amputierte. Laut Statistik werden jährlich etwa 144 000 Personen infolge rheumatischer Erkrankungen invalid. In der Schweiz sind bis jetzt weit über 100 000 Personen bei der Invalidenversicherung registriert. Ob hier die Kinder und Jugendlichen inbegriffen sind, erscheint fraglich. Die wirkliche Zahl aller Invaliden liegt ohne Zweifel bedeutend höher.

Die Zeiten sind vorbei, da ein Mensch nur bei voller körperlicher Unversehrtheit als vollwertig anzusehen ist. Ein grosser Teil unserer Invaliden ist bereits wieder in den Arbeitsprozess eingegliedert und leistet vollwertige Arbeit wie der Gesunde. Die Erfahrung hat sogar gezeigt, dass viele Invalide zuverlässiger und gewissenhafter ihren Dienst versehen als die Gesunden; denn sie kämpfen darum, sich auf dem ihnen oft mit Skepsis zugewiesenen Platz zu behaupten, um unabhängig und frei zu sein.

Vergessen wir nicht, der Invalide muss lernen, aus dem Minimum an verbliebener Kraft, Beweglichkeit und Gesundheit das Maximum an Bewegungs- und Leistungsfähigkeit herauszuholen. So wertvoll auch die Invalidenversicherung, die finanzielle Hilfe, für ihn sein mag — wir wollen dieses grosse soziale Werk dankbar anerkennen —, so muss dennoch gesagt werden, dass es nicht die Rente, das Geld, ist, das dem Invaliden seine Spannkraft zu erhalten vermag, deren er so dringend bedarf, um sich im Erwerbsleben behaupten zu können. Ebenso wichtig ist, dass jeder einzelne alles tut, damit ihm die verbliebene Kraft und Beweglichkeit sowie die Gesundheit der inneren Organe erhalten bleibt. Dabei will ihm der Invalidensport helfen. Er ermöglicht allen körpergeschädigten Menschen, die noch über einen Rest der Beweglichkeit ihrer Glieder verfügen, unter Einsatz eigenen Bemühens das körperliche und seelische Gleichgewicht zu erhalten und damit eine Erfüllung ihres Lebens zu finden. Die richtige Durchführung des Invalidensportes setzt eine ärztliche Untersuchung und eine regelmässige ärztliche Ueberwachung voraus; denn es kommt wesentlich darauf an, dass er zugleich der Entspannung wie auch der Kräftigung der Glieder dient. Durch ausgleichende Bewegung soll verhindert werden, dass

der Invalide vorzeitig un gelenk, steif, vielleicht viel zu früh ganz arbeitsunfähig wird.

«Warum überhaupt Invalidensport?» so werden wohl schon viele Gesunde, aber leider auch viele Invalide gefragt haben. Eigentlich ist diese Frage bereits durch das Gesagte beantwortet. Wir dürfen vor allem darauf hinweisen, dass der Invalidensport das Selbstvertrauen der Invaliden stärkt, dass er zur Erhaltung der inneren Spannkraft dringend notwendig ist und schon viele Invalide aus einer unliebsamen Isolierung zu befreien vermochte. Erst beim Invalidensport kann der Behinderte Vergleiche ziehen, erst dort kann er sehen, dass ausser ihm noch viele Menschen trotz vielleicht noch schwererer Invalidität tapfer mitmachen. Der Invalidensport wird nirgends in sturer Art betrieben, überall herrscht Fröhlichkeit, Kameradschaft und ein selbstverständlicher Helferwille, wie er bei den gesunden Sportlern kaum oder nur sehr selten zu finden ist.

Mancher Aussenstehende wird vielleicht heute noch hinter das Wort «Invalidensport» ein Fragezeichen setzen, und man kann es ihm nicht einmal verübeln; denn «invalid» bedeutet ja gemeinhin «gebrechlich». Invalidität wird vielfach der «Hilflosigkeit», in gewissen Fällen der «Schwachheit» gleichgesetzt. Jedoch alle, die mit Invaliden zusammenkommen, sei es am Arbeitsplatz oder im privaten Leben, können be-

stätigen, dass die Zähigkeit, mit der sich diese Menschen behaupten, eher von bewundernswerter Stärke, denn von Schwachheit zeugt.

Wer die Invaliden nur mit Bedauern betrachtete, wer sie in das zweite Glied einreichte, der darf seine Ansicht ganz ruhig korrigieren: Auch unsere Invaliden wollen als vollwertige Menschen angesehen und behandelt werden; sie führen oft einen Lebenskampf, zu dem viele von uns nicht fähig wären. Falsches Bedauern ist darum fehl am Platz. Das soll jedoch nicht heissen, dass man ohne Rücksicht und Verständnis an ihnen vorbeigehen darf.

Lassen wir einige Behinderte selber Stellung nehmen zum Problem «Invalidensport».

Ein fünfunddreissigjähriger Mann, der sein eines Bein im Oberschenkel amputiert hat und das andere nur noch mit Mühe bewegen kann, erzählt uns: «Als ich noch im Besitze meiner beiden gesunden Beine war, habe ich das als Selbstverständlichkeit empfunden und mich, offen gesagt, nie um einen Invaliden gekümmert. Ich konnte Fussball und Handball spielen, wandern und schwimmen. Mehr als ein halbes Jahr lag ich im Spital, mit meinem Schicksal konnte ich mich anfangs kaum abfinden. Während vieler Wochen betrieb man Heilgymnastik mit mir, aber eines Tages war das zu Ende; denn unbeschränkt dauern diese Nachbehandlungen nicht. Es war für mich un-



Kriechübungen auf allen Vieren sind für die Stärkung der Rückenmuskeln notwendig. Ebenso wichtig ist es, zu lernen, wie man allein aufstehen kann, wenn man fällt und keine Hilfe in der Nähe ist.

fassbar, dass ich jetzt ohne Sport, ohne Spiel auskommen sollte. Bekannte haben mich auf den «Invalidensport» aufmerksam gemacht; ich war misstrauisch, aber der Drang nach körperlicher Betätigung liess mich nicht ruhen. Eines Tages steckte ich meinen Kopf in eine Turnhalle, in der Invalide turnten und sich im Spiel vergnügten. Was mich ehrlich überraschte, war die ungezwungene Fröhlichkeit, die dort herrschte. Selbst ältere Frauen, die gleich mir kaum gehen konnten, machten fröhlich mit. Mein Entschluss war gefasst. In diesem Kreis fand ich Kameradschaft, Sport, Spiel, all das, was notwendig ist, um sich selber gesund zu erhalten, um nicht einzurosten.»

Ein achtundzwanzigjähriger Poliogeschädigter meint zum Invalidensport: «In ihm sehe ich einen wertvollen Weg zur Wiedereingliederung des Invaliden in die menschliche Gemeinschaft. Der Invalidensport fördert die positive Einstellung zum Leben, er hebt den seelischen Zustand, und der Kameradschaftsgeist wird gepflegt. Das Turnen bringt nicht nur eine körperliche, sondern auch eine seelische Hilfe, spornet zu neuen Taten an und trägt dazu bei, dass Hemmungen überwunden werden.» Zahlreiche Behinderte, die ich befragte, was ihnen der Invalidensport bedeute, hoben zwei Tatsachen besonders hervor: den guten Kontakt mit den Kameraden und die Stärkung des

Diesem kräftigen Mann hat die Kinderlähmung das genommen, was wir alle täglich brauchen: die Kraft in den Beinen. Dank des Rollstuhls kann er sich allein fortbewegen. Hier übt er tapfer am Barren und hält damit die Muskulatur des Oberkörpers gesund.



Selbstvertrauens, das ihnen der Sport zu schenken vermochte.

Unter den Sportverbänden unseres Landes gehört der Schweizerische Verband für Invalidensport zu den kleinsten, er ist aber zweifellos derjenige, der sich sowohl die schwerste als auch die schönste und beglückendste Aufgabe stellt; denn er füllt eine Lücke aus, die im Lebenskampf unserer invaliden Mitmenschen sehr bedeutsam, oft sogar ausschlaggebend ist. Nicht nur um die erwachsenen Invaliden, auch um die Kinder und Jugendlichen bemüht sich der Schweizerische Verband für Invalidensport. Er führt für körperbehinderte Kinder und Jugendliche in Zurzach und in Leukerbad Schwimm- und Sportkurse durch. Wenn ich hier ein Thema berühre, dem in der Schweiz bis heute nur wenig Beachtung geschenkt wurde, so darum, weil ich mit den Problemen und Sorgen der körperbehinderten Kinder besonders vertraut bin, da mein eigenes Kind, ein vierzehnjähriges Mädchen, eine Beinamputation durchgemacht hat.

Tausende von Kindern weisen schon von Geburt an Veränderungen an Knochen und Gelenken, an der Muskulatur auf, und diese können automatisch zu einem Ausfall bewegungswichtiger Funktionen führen. Welche Schäden aber auch Krankheiten, zum Beispiel die Kinderlähmung hinterlassen können, das wissen wir alle. Oft sind Krücken, Stützapparate oder Rollstühle die einzigen Hilfsmittel, die den Betroffenen eine, wenn auch sehr beschränkte, «Bewegungsfreiheit» zu bieten vermögen. Besonders erschütternd ist das Schicksal jener Kinder und Jugendlichen, die durch Unfälle, meist durch Verkehrsunfälle, dauernde Schäden davontragen. Neben dem erlittenen Schock, müssen diese Kinder häufig Lähmungen, Versteifungen, oft Hirnschäden, sogar Amputationen als Folgen auf sich nehmen.

Die Heilerfolge der Kranken- und Unfallgymnastik durch geeignete Nachbehandlung, bei der das aktive Ueben bis zum Randgebiet der sportlichen Leibesübungen eine wichtige Rolle spielt, sind allgemein anerkannt und nicht wegzudenken. Nun stellt sich für uns aber die Frage: Was geschieht mit jenen Kindern und Jugendlichen, die ohne Heilung aus der Nachbehandlung entlassen werden?

Ein körperbehindertes, invalides Kind soll und darf nicht abseits stehen. Meist führt die Angst der Eltern und Erzieher zu Verboten — so besonders beim Spiel —, die für das Kind im wahrsten Sinne des Wortes ein Hemmschuh sind. Es ist grundfalsch, ein invalides Kind von den gesunden Kameraden fern zu halten; denn gerade dieses Kind braucht Bewegung, Spiel und Sport. In St. Gallen und Luzern hat man spezielle Invalidenturnkurse für Kinder eingerichtet. Der Schweizerische Verband für Invalidensport versucht mit seinen Schwimm- und Sportkursen ebenfalls diesen Kindern zu helfen. Aber vorläufig sind es erst wenige Kurse, die der Schweizerische Verband für Invalidensport für Kinder veranstaltet, und immer noch bleibt eine grosse Lücke bestehen.

Wie wichtig es ist, solche Kinder nicht nur mit gesunden, sondern auch mit invaliden Kameraden zu-

sammenzubringen, soll das folgende Beispiel zeigen. Wir sorgten dafür, dass unser Kind, das eine Oberschenkelprothese trägt, zu den Pfadi «Trotz allem» gehen konnte. Es bekam die Aufgabe, ein fast blindes Kind an einer bestimmten Stelle abzuholen und ins Lager zu führen. Schon am ersten Abend kam unsere Kleine nach Hause und stellte fest, dass sie mit ihrem «Holzbein» viel besser daran sei als das andere Kind. Umgekehrt fand das fast blinde Mädchen, es müsse furchtbar sein, nur ein Bein zu haben und täglich so ein Holzbein anziehen zu müssen.

Die gleiche Beobachtung kann man immer wieder bei erwachsenen Invaliden machen: Ein jeder glaubt, besser dazustehen als der andere, ein Amputierter ist mit seinem Schicksal sofort zufrieden, wenn er einen Poliogelähmten sieht, und dieser wiederum möchte sein Los nicht mit dem des Amputierten tauschen. Noch nie habe ich bei Invaliden Klagen über ihr Schicksal gehört — wenigstens nicht bei jenen, die Invalidensport treiben —, während wir Gesunde oft ein grosses Aufheben bei einem kleinen Unfall, einer langen Krankheit machen können.

Anhand einiger Beispiele, selbst wenn sie über den Rahmen des Alltäglichen hinausgehen, kann ich vielleicht besser als durch Erklärungen zeigen, welche Wohltat der Sport für viele Körperbehinderte bedeutet. Zu den bekannten Beispielen von Menschen, die dem Sport ihre Genesung verdanken, gehört die amerikanische Negerin Wilma Rudolph. Als Kind erkrankte sie an Kinderlähmung. Die Aerzte fällten das scheinbar unwiderrufliche Urteil: «Du wirst dein Leben lang an Stöcken gehen müssen.» Mit sechzehn Jahren warf Wilma die Krücken fort — und heute ist sie die berühmteste Läuferin der Welt, der man ob ihrer bestechenden Eleganz den Namen «Schwarze Gazelle» gegeben hat. Es gibt aber noch unzählige, die es an Zähigkeit, ihre Leiden zu überwinden, Wilma Rudolph gleichtun. Sie leben unbekannt, irgendwo auf der Welt.

Bei einem Sportfest der Kriegsverletzten in Riesa an der Elbe überflog der Oberschenkel-Amputierte Falz die Hochsprunglatte, die eine Höhe von 1 Meter 48 Zentimeter anzeigte. Ein Unterschenkel-Amputierter lief eine Strecke von 75 Metern in nur 11,6 Sekunden. Nicht die Ereignisse an sich sind es, die zählen, sondern die Tatsache, dass diese Menschen den Glauben an sich selber wiederfanden; der Sport wurde ihnen dabei zum unersetzlichen Helfer.

Der Amerikaner Glenn Cunningham wurde als Siebenjähriger durch eine Benzinexplosion zum Krüppel. Er wehrte sich gegen sein Schicksal; er wollte kein Invalid sein. Er übte sich im Gehen, immer wieder, er erduldet schmerzhaft Streckungen und verfolgte mit fast übermenschlicher Energie unbeirrt sein Ziel. Mit vierzehn Jahren konnte er sein steifes Bein wieder bewegen. An den Olympischen Spielen 1936 wurde Glenn Cunningham, der ehemalige Krüppel, Zweiter hinter dem neuseeländischen Läuferphänomen Lovelock.

Doch auch in unserem Land sind Beispiele bekannt, die uns zeigen, mit welcher unbezwingbarer Energie invalide Sportler Höchstleistungen vollbrach-

ten. Das Beispiel des Kunstturners Ernest Nicolet aus Genf ist eines von ihnen. In früher Jugend warf ihn die Kinderlähmung aufs Krankenlager. Vierzehn Operationen misslangen. Im Alter zwischen neun und zwölf Jahren lag der aufgeweckte Bub mit schweren Gewichten an den Füßen unbeweglich im Bett. Mit dreizehn Jahren machte er seine ersten Gehversuche — mit sechzehn konnte er sich endlich ohne Hilfe allein fortbewegen. Das linke Bein war erheblich kürzer als das rechte, und von den vier Sehnen im Fuss versah nur noch eine den Dienst. Viele von uns hätten sicher resigniert das scheinbar Unabänderliche hingenommen. Nicht so Ernest Nicolet, er kämpfte mit zäher Geduld gegen seine Invalidität. Er wurde Kunstturner und gelangte mehrmals bis in die Endrunde bei der Schweizer Gerätemeisterschaft.

In Zug wohnt ein junger Schwimmer. Er heisst Hans Schmid und gehört zu den Besten unseres Landes, obwohl er in seiner Bubenzzeit ein Bein verloren hat... Hans Schmid verdankt es einzig dem Sport, dass er sein Selbstvertrauen wieder zurückgewinnen konnte.

Die Liste jener, die mit Hilfe des Sports ihre Invalidität besiegten, liesse sich beliebig fortsetzen, doch diese Beispiele mögen genügen, um zu zeigen, wie wichtig für unsere Invaliden der Invalidensport ist.

Es ist mehr als nur eine schöne Idee, dass die Jugend von Zug seinerzeit einen Appell an die gesunden Sportler der Schweiz richtete und sie bat, ihre körperbehinderten Kameraden zu unterstützen und zehn Rappen mehr Vereinsbeitrag zu zahlen — zugunsten des Schweizerischen Verbandes für Invalidensport. «Wir rechnen», so verkündeten die Mädchen und Knaben in ihrem Appell, «mit einer Gesamtsumme von etwa 50 000 Franken, die den Invaliden vorerst genügen würden, um den Ausbau der wichtigen und beglückenden Aufgabe in Angriff zu nehmen».

Ungezählte «Solidaritätszehner» — wie man diese bescheidenen «zehn Rappen» nannte — sind dem Schweizerischen Verband für Invalidensport schon zugeflossen, ja viele Vereine und Verbände zahlten mehr als die «zehn Rappen» ihrer Mitglieder. Aber trotz dieser Solidaritätsbezeugungen fehlen dem Invalidensport grosse Mittel, um noch mehr Kurse durchzuführen, um noch mehr Kinder in den Genuss des so gesunden, so nützlichen Invalidensportes zu bringen.

Vor allem fehlt es an jährlich regelmässig eingehenden Summen, die es dem Schweizerischen Invalidensport ermöglichen würden, den Invaliden ein eigenes Heim zu schaffen, in dem regelmässig Kurse und Kuren durchgeführt werden könnten. In Deutschland gibt es beispielsweise ein Sportsanatorium, in dem etwa fünfzig Invalide, Amputierte, Gelähmte und Blinde, in vierwöchigen Kursen bei Sport und Spiel neue Kraft, Mut und Erholung finden. Das Hauptgewicht wird dort, wie überall im Invalidensport, auf die aktive, bewegungstherapeutische Behandlung gelegt, die unter Aufsicht eines Arztes erfolgt und Sport, Spiel, Bäder sowie Massagen vorsieht. Man bezweckt mit einer solchen Behandlung die Steigerung der körperlichen Beweglichkeit, um ein Absinken der allgemeinen Leistungsfähigkeit zu verhindern.

In der Schweiz harren noch viele Pläne ihrer Erfüllung. Wenn man aber bedenkt, dass der Schweizerische Verband für Invalidensport erst im Jahre 1960 ins Leben gerufen wurde, nachdem zuvor nur wenige Invalidensportgruppen bestanden hatten und man zunächst im Rahmen eines Initiativkomitees die Frage der Einführung des Invalidensportes in der Schweiz gründlich prüfen musste, so sind die bisherigen Erfolge aller Anerkennung wert. Die Eidgenössische Turn- und Sportschule in Magglingen, die für jeden ernsthaften Sportler ein fester Begriff ist, hat ihre Tore auch dem Invalidensport geöffnet und ist zum Zentrum des Invalidensportes in der Schweiz geworden. Unter Aufsicht und Leitung von Sportärzten finden in Magglingen regelmässig Ausbildungskurse für Invalidensportleiter statt, die in ihrem Programm in praktischer Arbeit mit Invalidengruppen Gymnastik, Spiel, Schwimmen, Leichtathletik, Bodenturnen, Turnen an Geräten, Tischtennis, Bogenschiessen und vieles andere vorsehen, das dem Invaliden neben der körperlichen Ertüchtigung die Freude am Leben zurückzugewinnen vermag.

Der Invalidensport ist kein Schausport. Er kann nicht auf den grossen, schönen Sportplätzen, auf denen sich die gesunden Sportler nach Herzenslust tummeln, ausgeübt werden. Er bringt keine Publikumsfelder ein, aber er bringt denen, die an ihm teilnehmen, Lebensfreude, Lebensmut und Selbstvertrauen, und ist das nicht unendlich viel höher einzuschätzen als materielle Werte?

Im Rahmen der Schweizerischen Landesausstellung wird der Schweizerische Verband für Invalidensport zwei Invalidensporttage durchführen: Am 14. Juni werden die welschen und am 6. September die deutschschweizerischen Invalidensportgruppen mit Demonstrationen aufwarten. Beide Tage stehen unter dem Patronat von Bundesrat Roger Bonvin.