Leserbriefe

Bewegungsmuffel? Nur keine Gewissensbisse deswegen!

Leserbrief zu: Knechtle B. Prävention oder Reparaturmedizin[1]

Auch als Normalgewichtiger kann ich B. Knechtles Präventionsempfehlungen nicht beistimmen. Als Einleitung führt er gleich die hohen Kosten im Gesundheitswesen auf und suggeriert, dass Übergewichtige mitschuldig daran seien. Dabei leben gerade diese seltener bis in die kostspieligen alten Jahre und schonen so eher das Gesundheitswesen.
Dann verursacht er bei uns Bewegungsmuffeln Gewissensbisse. Meines Erachtens zu Unrecht: Die Jahre, die wir aus Bewegungsmangel kürzer leben, sind wohl genau jene, die wir *contre cœur* hätten opfern müssen, um die angeblich so gesunden «über 80 wöchentlichen Laufkilometer» mit hängender Zunge zu absolvieren. Solche Prävention mag gut sein für Leute, die ans ewige Leben glauben. Wie heisst es doch so schön: Auch wer dank verbissenster Prävention gesund stirbt, ist leider definitiv tot.

Renato Werndli

Korrespondenz:
Renato Werndli
Jakob Oesch-Strasse 1
CH-9453 Eichberg
rwerndli@gmx.ch

1 Schweiz Med Forum. 2010;10(30–31):499.