«And in the end it is not the years in your life that count, it's the life in your years.»

«Und am Ende sind es nicht die Jahre in deinem Leben, die zählen. Es ist das Leben in deinen Jahren.»

Abraham Lincoln (1809–1865)

Am 6. April 2016 veröffentlicht das Bundesamt für Gesundheit (BAG) eine Mitteilung[1] über die Strategie betreffend der nichtübertragbaren Krankheiten (non-communicable diseases, NCD), welche wie folgt lautet: «Mit dem steigenden Durchschnittsalter und der wachsenden Zahl älterer Menschen wird sich diese Problematik in Zukunft weiter verschärfen, wenn nichts unternommen wird. Dabei können wir bereits ab heute handeln, denn viele dieser Erkrankungen liessen sich mit einem gesunden Lebensstil vermeiden oder zumindest verzögern.»

Der Bundesrat hat diese Strategie in die fünf prioritären Punkte der Agenda Gesundheit2020 aufgenommen und sie als zentrales Ziel der Periode 2016–2019 deklariert. Die Mitteilung endet mit der folgenden anzustrebenden Vision: «Mehr Menschen bleiben gesund oder haben trotz chronischer Krankheit eine hohe Lebensqualität. Weniger Menschen erkranken an vermeidbaren nichtübertragbaren Krankheiten oder sterben vorzeitig.»

Diese Ausgabe der SSEM lädt Sie ein, in den kommenden Jahren das BAG in seiner Mission zu unterstützen, denn als Sportmediziner, und für zahlreiche unserer Mitglieder auch zutreffend, Hausärzte, sind wir wegweisende und und wesentliche Partner für dessen Realisierung. Die Artikel stellen vier der wichtigsten NCDs vor: Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Trachsel), Abnahme der kognitiven Leistungsfähigkeit (Büla), Osteoarthritis/Arthrose (Willemin) und Rückenschmerzen (Saubade). Körperliche Aktivität spielt eine Schlüsselrolle bei jeder dieser Erkrankungen und wir müssen, ausgehend von bekannten Beispielen der aktiven Rehabilitation (Saner), Interventionen auch in grösserem Massstab entwickeln und umsetzen. Diese Interventionen sollten einen multimodalen Ansatz verfolgen, wie in dem Fall eines Projektes für Patienten mit Multipler Sklerose (Matthey). Zusätzlich finden Sie in der Rubrik «Für Sie gelesen» einen wichtigen Artikel über die Auswirkungen von Bewegung und sportlicher Aktivität in NCDs.

Das BAG steht im Einklang mit dem Zitat von Abraham Lincoln, und wir alle wissen, es ist nie zu spät zu beginnen.

Ein grosses Dankeschön an alle Autoren und viel Spass bei der Lektüre!

Boris Gojanovic
Editeur en chef, editor@sgsm.ch
Redakteur, editor@sgsm.ch

Boris Gojanovic, MD
Health & Performance Medical Director
Swiss Olympic Medical Center
Hôpital de La Tour
1217 Meyrin (GE)
boris.gojanovic@latour.ch
Phone: +41 22 719 65 65

[1] BAG. NCD-Strategie – nichtübertragbaren Krankheiten vorbeugen: Bundesamt für Gesundheit; 2016 [28. Mai 2016]. Available from: http://www.bag.admin.ch/themen/medizin/00683/index.html?lang=de.