

## **Studie Gesundheit und Sport: Sport spart dem Staat jährlich 3,64 Milliarden Schilling!**

Welche Auswirkungen hat der Sport auf die Gesundheit?

Antworten auf diese Frage wollte das Bundesministerium für soziale Sicherheit und Generationen haben, als es die Bundes-Sportorganisation (BSO) in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien und dem Institut „Sicher Leben“ sowie namhaften Gesundheitsökonominnen, Sportmedizinerinnen und Sozialwissenschaftlerinnen mit der Erstellung der Studie beauftragte.

Ein Faktum ist es vorrangig, dass Univ. Prof. Otmar Weiß als wissenschaftlicher Leiter und sein Team unter der Koordination von BSO-Experten Mag. Christian Halbwegs klar aufzeigten: Nicht die Sportausübung hat mehr volkswirtschaftliche Kosten verursacht, sondern die Nicht-Sportausübung.

Ausgedrückt in nackten Zahlen für das Jahr 1998 lautet das beeindruckende Resümee:

Die durch Sportunfälle (n = 99.000) entstandenen Kosten betragen rund 4,15 Milliarden Schilling pro Jahr, die größtenteils durch die Positionen „Beruflicher Produktionsausfall durch Invalidität“ und „Krankenstand“ entstehen.

Der Nutzen (= Einsparungen) des gegebenen Levels sportlicher Aktivität in Österreich beträgt rund 7,8 Milliarden Schilling pro Jahr, womit ein **positiver Saldo von 3,64 Milliarden Schilling** vorliegt. Der Nutzen ergibt sich größtenteils aus Einsparungen in den Kostenarten „Beruflicher Produktionsausfall durch Tod“ sowie „Behandlungskosten“.

„Darüber hinaus verbleibt klarerweise noch ein zusätzlicher Gewinn aus den Komponenten geistiges, körperliches und soziales Wohlbefinden, die sich als immaterielle Werte nicht quantifizieren lassen. Tatsache ist jedenfalls, dass die Förderung von Sport und Bewegung als Teil des Lebensstils in einem modernen Gesundheits- und Sozialsystem nicht nur der Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens dient, sondern auch gewaltig mithilft, volkswirtschaftliche Kosten zu sparen.“

„Die aus der Kosten-Nutzen-Rechnung hervorgehende Tatsache, dem Sport einen Schilling zu geben, und fast zwei Schilling an sozialen Kosten zu sparen, muss für die öffentliche Hand geradezu ein strikter Auftrag sein, gesundheitssportliche Aktivitäten noch viel stärker zu unterstützen“, meinte BSO-Präsident Dr. Franz Löschnak in seinem ersten Statement bei der Präsentation der Studie. Er erteilte dafür Zustimmung bei Staatssekretär Univ. Prof. Dr. Reinhart Waneck, der sich von den Ergebnissen der Studie nicht zuletzt ein Umdenken bei der Diskussion um die Sinnhaftigkeit von Sportausübung erwartet. „Sport wird in den Medien sehr oft als gesundheitlicher Kostenfaktor dargestellt. Allein der Begriff „Kostenfaktor Sport“ schadet dem Image und führt weg von der tatsächlichen Bedeutung des Sports als bedeutendster Gesundheitsfaktor“, sieht er ein etwas verzerrtes Imagebild des Sports. Mitschuld an diesem Image gibt BSO-Präsident Dr. Löschnak auch vielfach verzerrten Perspektiven von Unfällen, von denen sich 1998 im Schnitt jeder mit einem Kostenfaktor von rund 42.000 Schilling (davon nur 9.000 Schilling für medizinische Behandlung) zu Buche schlug: „Man darf nicht übersehen, dass die meisten jener Unfälle, die Sport angeblich gar so gefährlich machen, außerhalb des organisierten Sports – nämlich im absolut privaten oder kommerzialisierten Bereich – passieren.“

Dass das für das Berechnungsjahr 1998 ausgewiesene Plus von 3,64 Milliarden Schilling noch deutlich auszubauen ist, steht für Studienleiter Prof. Weiß außer Diskussion: „Wir müssen den Weg forcieren, von der Behandlung weg und zur Vorbeugung hinzukommen. Es gibt einfach kein Medikament, das derart positive Folgen hervorbringt wie der Sport. Und unsere Studienergebnisse weisen ganz eindeutig darauf hin, dass ein weiterer jährlicher Nutzen- bzw. Einsparungseffekt von mehr als 10 Milliarden Schilling erzielt werden kann, wenn es gelingt, aus der Bevölkerungsgruppe der „Inaktiven bis geringfügig“ Sporttreibenden eine Hälfte in die Gruppen „moderat“ bzw. von dort einige Prozent in die Gruppe „aktiv bis hochaktiv“ zu transferieren.“

Stichwort Sportverhalten der österreichischen Bevölkerung: Bei ihr fallen ...

... **60 Prozent** in die Risikogruppe „**inaktiv-gering**“ (sportliche Betätigung nur ein- bis zweimal monatlich). **Relativ Risk-Wert** (= Risiko-Vervielfachung in Hinblick auf Krankheit oder Todesfall) **2 bis 1,5**.

... **22 Prozent** in die Risikogruppe „**moderat**“ (sportliche Betätigung ein- bis zweimal wöchentlich). **Relativ Risk-Wert 1,5 bis 1**.

... **18 Prozent** in die Risikogruppe **aktiv-hochaktiv** (sportliche Betätigung dreimal wöchentlich oder öfter). **Relativ Risk-Wert 1,3 bis 1**.

Was sind also die notwendigen Konsequenzen aus der Studie?

Prof. Otmar Weiß nennt drei vordringliche Anliegen:

1. Unterstützung von Initiativen, die mehr sportliche Betätigung bei allen Schichten und in allen Altersgruppen der ÖsterreicherInnen zur Folge haben. Wichtig: Mit Sport soll bereits im Kindesalter begonnen werden.
2. Da Gesundheitsgewinne bereits bei moderater körperlicher Aktivität einsetzen, sollen auch bisher sportlich inaktive Menschen motiviert werden. Dabei geht es sowohl um die Erhöhung von täglichen Routine-Aktivitäten als auch um die generelle Erweiterung von Freizeitaktivitäten durch Sport bis hin zu intensiverem Training.
3. Sport und jede andere Form von Bewegung im Alltag sollten grundsätzlich durch stadt- und ortspanerische Maßnahmen erleichtert und gefördert werden – und zwar für alle Altersgruppen.

Im Rahmen der Studie wurden auch die Auswirkungen des Sports auf die Psyche untersucht. Den Wissenschaftlern zufolge sorgt Sportausübung für.....

.....**bessere Stressregulierung** durch Ablenkung und meditative Zustände wie „feel-better-phenomen“, das euphorischer Stimmungslage entspricht. Negative Stimmungen und Depressionen verschwinden durch die Wirkung von Stresshormonen wie Katecholamine, Nor-Adrenalin, Serotonin, Beta-Endorphine etc.

.....**Steigerung der subjektiven Lebensqualität** durch Wirkungen des Sports auf das soziale Wohlbefinden. Sport in Vereinen und informellen Gruppen etc. beinhaltet soziale Interaktion und wirkt damit sozial integrierend bzw. bietet soziale Einbindungs-, Unterstützungs- und Einflussenerlebnisse.

.....**Befindlichkeitsverbesserungen** durch erhöhte Gehirndurchblutung und vermehrte Abgabe endogener Opioide, die sich bei sportlicher Belastung von ausreichender Dauer und Intensität einstellen. Menschen können in einer Aktivität völlig aufgehen, wenn sie den an sie gestellten Anforderungen voll gewachsen sind. Das selbstvergessene Tun, das Erlebnis ist das Ziel.

.....**Bekräftigung des Selbstbildes und -konzeptes** durch positive Affekte und soziale Anerkennung im Sport. Die Leistungsfähigkeit durch eigene Anstrengung führt zu einem Gefühl von Kompetenz, das sich positiv auf die Selbstakzeptanz und das Selbstbewusstsein auswirkt. Sport ermöglicht vor allem Jugendlichen Selbstverwirklichung, Aufbau und Entfaltung eigener Identität und Entwicklung individueller Eigenheiten.

Die komplette Studie „Sport und Gesundheit“ erhalten Sie über die **BSO-Geschäftsstelle**