

Bundesrat Alain Berset
Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Generalsekretariat GS-EDI
Inselgasse 1
CH-3003 Bern

Bern, 29. März 2020

Offener Brief an den Bundesrat

Forderung einer differenzierten Betrachtung der Fitness- und Gesundheitscenter und Lockerung des Shut downs für spezifische Trainingsbereiche ab dem 6.4.2020

Sehr geehrter Herr Bundesrat Berset

Wir sind der Meinung, dass ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Ausdauertraining sehr wichtig ist für die Volksgesundheit und möchten Sie bitten, unsere Ueberlegungen dazu zu prüfen.

Ausgangslage:

Wir wissen heute, dass das Virus eine sehr hohe Infektionsgeschwindigkeit hat und dass es für die sog. Risikogruppen (in erster Linie Personen mit Vorerkrankungen und entsprechender Immunschwäche) gefährlich ist. Es steht ebenfalls ausser Frage, dass die Verhinderung des Zusammenbruchs unseres Gesundheitssystems oberste Priorität haben muss.

Es ist verständlich, dass der Bundesrat die Entscheidungen der Verordnung vom 16.3.2020 unter hohem Zeitdruck hat fällen müssen und es zu diesem Zeitpunkt unmöglich war, verschiedene Branchen differenzierter anzuschauen.

Unsere Betrachtungsweise:

Die die hohe Infektionssterblichkeitsrate wie sie in Italien, Spanien, Frankreich und auch England auftritt, ist hauptsächlich darauf zurückzuführen, dass der Virus auf ein heruntergefahrenes, «kaputtgespartes» Gesundheitssystem trifft. Das Fehlen an Betten, an notwendigem Schutzmaterial für das Personal, der Mangel an Personal selber sowie den mangelnden hygienischen Zuständen in Spitälern und Altersheimen sind guter Nährboden für die massive Ausbreitung unter Risikogruppen. **Die katastrophalen Todesfälle in diesen Regionen sind also nicht durch das Virus alleine verursacht, sondern zu einem sehr grossen Teil durch die Bedingungen, auf die es trifft.**

Es wird nun auf brutale Art und Weise aufgedeckt, dass es **Lücken in den Pandemieplänen** diverser Länder gibt. Schutzmaterial wird nicht im Inland produziert, sondern wurde aus wirtschaftlichen Gründen ins Ausland verlagert (China, Indien). Das gleiche gilt für diverse Medikamente. Das Reportingsystem ist trotz diverser Pandemien in der Vergangenheit immer noch mangelhaft. Dies führte zu verzögerten Entscheidungen in bestimmten Ländern.

Die Verbreitung in Metropolen und Grossstätten, also überall dort wo viele Menschen eng aufeinander leben, ist schneller, als in ländlichen, mehr zersiedelten Gebieten.

Eine **Grundimmunität** in der Bevölkerung wird gemäss Expertenaussagen erreicht, wenn es zu einer Durchseuchung von 60 bis 70% der Bevölkerung kommt. Gemäss einem Artikel im New England Journal of Medicine vom 26.3.2020 liegt die Ansteckungsgeschwindigkeit des Virus **bei 2.2** (eine infizierte Person steckt statistisch 2 weitere Personen an) und es wird erst zu einer Verlangsamung der Ausbreitung kommen, wenn diese Zahl auf **unter 1.0** fällt.¹

Die **Dunkelziffer** an Infizierten kann nur geschätzt werden. Experten rechnen hier mit dem Faktor 10. Bei derzeit ca. 12.000 positiv getesteten Personen wären dies also 120.000 Personen. 60% der Bevölkerung wären ca. 4. Mio (Kinder und Risikogruppen ausgelassen). Wenn tägl. also ca. 1000 Personen positiv getestet würden und der Faktor 10 für die Dunkelziffer angenommen wird, kämen als tgl. 10.000 neue Infektionen dazu. Bis die ca. 4 Mio. erreicht würden, vergingen demnach 388 Tage sprich **etwas mehr als einem Jahr**. Diese vereinfachte, theoretische Annahme setzt voraus, dass Einreisen aus dem Ausland, Grenzgänger, Pendlerverkehr etc. nicht mitgerechnet sind.

Eine Abflachung der Infektionskurve verlangsamt dieses Szenario entsprechend.

Bis ein entsprechender Impfstoff zugelassen werden kann, vergeht nach Meinung der Experten ebenfalls mindestens 1 Jahr. **Kein Land der Welt kann es sich leisten, die Wirtschaft über einen so langen Zeitraum nahezu stillzulegen.**

Es fehlen die individuellen aktiven Massnahmen zur Stärkung des Immunsystems

Das alleinige «passive» zu Hause bleiben, und auf einen entsprechenden Impfstoff zu warten, kann langfristig nicht zielführend sein. Jeder Mensch sollte aktiv dazu beitragen, sein Immunsystem zu pflegen, denn damit steigt die Wahrscheinlichkeit im Falle einer Infektion asymptomatisch oder nur mit milden Symptomen zu reagieren. Der gesunde Lebensstil, das Training, die Ernährung, das Stressmanagement etc., wird jedoch im aktuellen Geschehen nicht diskutiert. Unsere Mitglieder stehen für ein gesundheitsorientiertes, bewegungsmedizinisches Training. Das hat nichts mit Freizeitvergnügen und Leistungssport zu tun.

Durch Eigeninitiative können die ersten beiden «Barrieren» des Immunsystems (1.) Abwehrmechanismen der Schleimhäute, 2.) Unspezifische Sofortreaktion der Immunzellen trainiert werden. Dazu reicht jedoch «ein Spaziergang» nicht aus. Es ist schon mehrere Jahre bekannt, dass gerade die Myokine – also die muskulären Botenstoffe – eine sehr positive Wirkung auf das Immunsystem haben. Der Stimulus für die Myokinausschüttung ist besonders bei intensiverer muskulärer Arbeit zu beobachten.²

¹ Fauci, A.S, Lane, C. Redfield, R.: Covid 19 – Navigating the Uncharted. New England Journal of Medicine, 26th of March 2020

² Pedersen BK, et al.: The immune system during exposure to extreme physiologic conditions. Int. J Sports Med 1994; 15: S116 - 21

Ein gesundheitsorientiertes Muskeltraining an Geräten ist eine Individualsportart. Sie ist zu 100% kontrollierbar und sicher. Gruppenbildung und Überforderung durch ungewohnte Belastungsreize kommen, im Gegensatz zu vielen anderen sportlichen Betätigungen, so gut wie nie vor. Die Hygienestandards sind problemlos einzuhalten und zu überwachen. Instruieren und korrigieren von Übungen an stationären Geräten ist auch unter der Berücksichtigung des 2 Meter Abstands möglich.

Unsere Forderung

Wir fordern deshalb eine differenzierte Betrachtung unserer Branche und einer Lockerung der Beschränkungen wie folgt:

Per 6.4.2020 dürfen Fitness- und Gesundheitscenter ihre Unternehmen, unter folgenden Bedingungen eingeschränkt, wieder öffnen:

- geöffnet werden darf ausschliesslich die Gerätetrainingsfläche

- es dürfen pro 100 m² Trainingsfläche max. 10 Personen gleichzeitig anwesend sein. Dies ist durch ein Check In System einfach zu kontrollieren. Funktionsweise gleich wie bei den Einkaufsläden, wo auch beim Eingang eine Kontrolle über die max. Anzahl Personen durchgeführt wird.

- Group Fitness Kurse bleiben weiterhin verboten (Mindestabstand schwer einhaltbar)

- Kinderhorte bleiben weiterhin geschlossen (Mindestabstand, Gefahr der Überfüllung)

- Sauna und Wellnessbereiche bleiben weiterhin geschlossen

- Racket- und Multiportanlagen bleiben weiterhin geschlossen

- für Center in Gebieten, die besonders betroffen sind (Tessin, Waadt, Graubünden) kann der jeweilige Kanton diese Ausnahmeregelung ausser Kraft setzen.
- Personen mit den bekannten Vorerkrankungen dürfen nicht am Training teilnehmen
- Das Center muss krankenkassenzertifiziert (Zertifizierungssystem Fitness-Guide, www.fitness-guide.ch) sein und während der Oeffnungszeit muss die Betreuung durch Personal sichergestellt sein.
- Unbetreuten Öffnungszeiten sind nicht gestattet.

Der SFGV ist im Vergleich zu anderen Arbeitgeberverbänden ein kleiner Verband. Bezogen auf die aktuelle Situation sind wir aber ein wichtiger Player, denn wir tragen einen nicht unerheblichen Teil zur Gesunderhaltung der schweizerischen Bevölkerung bei. Gerade die Präventionsarbeit bzgl. der NCD-Erkrankungen (die bekanntlich zur jetzigen Risikogruppe gehören) ist unsere Hauptaufgabe und liegt uns sehr am Herzen.

Deshalb sehen wir uns doppelt betroffen. Zum einen sind viel unserer Mitglieder kleine KMUs und stehen durch die einschneidenden Schliessungen in einer wirtschaftlichen Notlage. Zum anderen können wir unseren Teil zur Gesunderhaltung nicht besteuern – zum Unverständnis unserer Kunden.

Abschliessend möchten wir erwähnen, dass wir unsere Forderungen in keiner Weise als konträr zu ihren bisherigen Anordnungen sehen. Wir möchten unterstützen und kooperieren, aber das können wir nur, wenn wir zumindest diesen minimalen Spielraum haben.

Freundliche Grüsse

SCHWEIZERISCHER FITNESS- UND GESUNDHEITSCENTER VERBAND SFGV

Claude Ammann, Präsident

André Tummer

