

Marion Repschläger

Sport und Medizin in der griechisch-römischen Antike

**Die Wurzeln der modernen Sportmedizin,
Physiotherapie und Trainingslehre**



Diplomica Verlag

Marion Repschläger

Sport und Medizin in der griechisch-römischen Antike: Die Wurzeln der modernen Sportmedizin, Physiotherapie und Trainingslehre

ISBN: 978-3-8428-1139-3

Herstellung: Diplomica® Verlag GmbH, Hamburg, 2011

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtes.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und der Verlag, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

© Diplomica Verlag GmbH

<http://www.diplomica-verlag.de>, Hamburg 2011

INHALT

	Seite
0. EINLEITUNG	5
1. BEGRIFFSERLÄUTERUNGEN	6
1.1. Athletik	6
1.2. Gymnastik und Gymnast	6
1.3. Paidotrib	6
1.4. Sport	7
2. DIE BEDEUTUNG DER KÖRPERLICHEN ERZIEHUNG IN DER GRIECHISCHEN UND IN DER RÖMISCHEN WELT	8
3. ZUR ENTWICKLUNG DER ANTIKEN MEDIZIN	12
3.1. Antike Ärzteschulen	12
3.1.1. Griechenland	12
3.1.1.1. Die ionischen/milesischen Naturphilosophen	14
3.1.1.2. Die Pythagoreer	14
3.1.1.3. Die Atomisten	15
3.1.1.4. Das Corpus Hippocraticum	16
3.1.2. Rom	17
3.1.2.1. Aulus Cornelius Celsus	18
3.1.2.2. Claudius Galen	18
3.2. Arzt und Gesellschaft	19
4. SPORT UND MEDIZIN	20
4.1. Gymnastik, Iatrik, Diätetik und Hygiene	20
4.1.1. Der Streit zwischen Paidotriben und Gymnasten	28
4.2. Ansätze einer Trainingslehre	32
4.2.1. Motorische Beanspruchungsformen heute und in der Antike	32
4.2.1.1. Kraft	33
4.2.1.2. Schnelligkeit	34
4.2.1.3. Ausdauer	34
4.2.1.4. Flexibilität	35
4.2.1.5. Koordination	35

4.2.2.	„Bewegung“ und „Übung“ bei Galen	37
4.2.3.	Trainer und Trainingsmethoden in der Antike	38
4.2.3.1.	Trainer	38
4.2.3.2.	Trainingsmethoden	41
4.3.	Medizinische Erkenntnisse im Dienste des Sports	44
4.3.1.	Massage	44
4.3.2.	Bäder/Thermen	47
4.3.3.	Ernährung der Athleten und „Doping“	49
4.3.4.	Sportschäden, Sportverletzungen und Überanstrengung	50
4.3.4.1.	Laufdisziplinen	51
4.3.4.2.	Diskus- und Speerwurf	51
4.3.4.3.	Faustkampf	52
4.3.4.4.	Ringkampf	53
4.3.4.5.	Pankration	53
4.3.4.6.	Fünfkampf	54
4.3.4.7.	Pferde- und Wagenrennen	54
4.3.4.8.	Überanstrengung, Übertraining und deren Behandlung	55
4.3.5.	Sport und Geschlechtsverkehr	57
4.4.	Der Athlet als Abweichung von der Norm	58
4.4.1.	Die Gladiatoren	59
4.5.	Sportlerinnen in der Antike	61
4.6.	Sport im Dienste medizinischer Therapie	62
4.6.1.	Die „antiken“ Krankengymnasten	62
4.6.2.	Der moderne Krankengymnast/Physiotherapeut	64
4.6.3.	Ein alter Streit: Physiotherapeut und Sportlehrer heute	65
5.	SCHLUSSBEMERKUNG	66
6.	ANMERKUNGEN	67
7.	LITERATURVERZEICHNIS	76

ANMERKUNGEN ZUR ÜBERARBEITETEN FASSUNG

Mit großer Freude habe ich die Gelegenheit genutzt, meine Diplomarbeit nicht nur als ebook, sondern auch als Fachbuch zu veröffentlichen; welches ich – anders als die ebook-Version – um etliche Aspekte erweitern und vertiefen konnte:

Der erste Teil des Titels meiner Diplomarbeit „Sport und Medizin“ ist für mich Programm geblieben: Im Laufe der Jahre habe ich noch die Ausbildungen zur Physiotherapeutin und Heilpraktikerin absolviert und bin somit den Bereichen „Sport/ Bewegung“ und „Medizin“ immer verbunden geblieben.

Mit dem durch die Physiotherapie-Ausbildung und -Tätigkeit erweiterten Blickwinkel habe ich meinen Text überarbeitet und ergänzt– daher die Erweiterung um den Untertitel.

Ich habe neuere Literatur mit in die Überarbeitung hineingenommen und – anders als in der ursprünglichen Arbeit – einige Bilder eingefügt, da sie manches in der ansonsten sehr textlastigen Arbeit veranschaulichen.

Das Kapitel über die **Entwicklung der Medizin** in der Antike wurde deutlich erweitert, in dem ich zunächst grundlegend auf die Entwicklung der Medizin in **Griechenland** und zusätzlich auf die Entwicklung der **römischen Medizin** eingegangen bin. In diesem Zusammenhang wird auch der römische Arzt Aulus C. Celsus vorgestellt. Einige Ausführungen zu den auch in der ursprünglichen Diplomarbeit vorgestellten antiken Ärzteschulen Griechenlands wurden ebenso ergänzt wie das Kapitel über das **Bäder-/Thermenwesen**.

Gleiches gilt für das Kapitel „**Sportverletzungen**“, dem ich einen aufschlussreichen Versuch unter der Leitung von Prof. Brüggemann von der Deutschen Sporthochschule Köln über die Auswirkungen des antiken Faustkampfes in Bezug auf Verletzungsintensitäten angefügt habe.

Interessant fand ich auch einen Beitrag in der Zeitschrift Nikephoros von 1997 von Monika Frass über „**sportliche Frauen in der Antike**“, so dass ich diesem Phänomen ebenso ein neues Kapitel gewidmet habe wie den **Gladiatoren**. Schließlich gehe ich noch kurz auf das Thema „**Doping**“ in der Antike ein.

Im Kapitel 4.6. habe ich die Gemeinsamkeiten zwischen den **antiken „Urvätern“ der Krankengymnasten** und dem **modernen Physiotherapeuten** herausgearbeitet, und bedingt durch meine Doppelqualifikation und Berufserfahrung als Diplom-Sportlehrerin und Physiotherapeutin gehe ich näher auf den „modernen“ Streit zwischen **Physiotherapeuten und Sportlehrern**, einen im Grunde „antiken“ Streit zwischen den beiden Bewegungsspezialisten ein (s. 4.6.3.).

(Anmerkung: Mit der männlichen Berufsbezeichnung ist auch stets das weibliche Geschlecht gemeint.)

Möge dieses Buch allen geschichtlich interessierten „Bewegungsfachleuten“ – Therapeuten, Medizinern, Sport- und Gymnastiklehrern – zeigen, dass so manches in unserem vermeintlich modernen Wissen in Wahrheit „antikes“ Wissen ist; dass die Griechen und Römer schon vor über 2000 Jahren Erkenntnis-Schätze hatten, die wir in der Moderne „nur“ wieder ausgegraben haben.

Böbingen (Pfalz) im Februar 2011

0. EINLEITUNG

Mit der Bearbeitung des Themas „Sport und Medizin in der griechisch-römischen Antike“ ist naturgemäß die Behandlung einer Vielzahl thematisch breitgestreuter Einzelkomplexe verbunden, u. a. die Entwicklung der Medizin, die Bedeutung der Leibesübungen in der Antike, das Aufkommen der Diätetik als gemeinsamem Wirkungsbereich von Medizin und Sport, die Untersuchung damals bekannter Trainingsgrundlagen und –methoden sowie der Einsatz von Leibesübungen in der medizinischen Therapie.

Aufgrund der Komplexität des Themas konnte und sollte es nicht Ziel dieser Arbeit sein, jeden Bereich auf das Ausführlichste zu behandeln; vielmehr war es meine Absicht, ein Handbuch zu erstellen, mit dessen Hilfe sich der Leser über die „sportmedizinischen“ Erkenntnisse der Antike und ihre Anwendung in der Praxis orientieren kann.

Wie bei allen Untersuchungen im Bereich der Antike ist die Verwendung moderner Fachbegriffe nicht unproblematisch, da die mit diesen verbundenen Vorstellungen nicht immer ohne weiteres auf antike Sachverhalte übertragbar sind. Ich habe mich daher, wo immer es erforderlich war, bemüht, auf die unterschiedlichen Bedeutungen und Bedeutungsschwerpunkte bei der Anwendung von Fachausdrücken hinzuweisen, um das Verständnis zu gewährleisten.

Köln 1983

1. BEGRIFFSERLÄUTERUNGEN

Die Begriffe **Athletik** und **Gymnastik** bzw. **Gymnast** und **Paidotrib** sind in der Literatur schon oft definiert worden. Ich halte mich im Folgenden eng an die Festlegungen von Julius JÜTHNER (1)

1.1 Athletik und Athlet

Der Begriff **Athletik** leitet sich ab von dem Grundwort $\acute{\alpha}\theta\lambda\omicron\varsigma/\acute{\alpha}\theta\lambda\omicron\varsigma$, das von Homer in dem ursprünglichen Sinn „Anstrengung, Arbeit, Leistung, Tat“ verwandt wurde. Da in den Werken Homers körperliche Anstrengung wettkampfmäßig ausgeführt wurde, erhielt das Wort die Bedeutung „Wettkampf“. Durch die herausragende Stellung der Leibesübungen im Leben der Griechen wurde die Bezeichnung hauptsächlich im Zusammenhang mit Sport angewandt. Ein Mann, der sich auf Leibesübungen verstand und an Wettkämpfen teilnehmen konnte, war ein **Athlet** ($\acute{\alpha}\theta\lambda\eta\tau\acute{\eta}\varsigma$). Von dem Adjektiv *athletisch* ($\acute{\alpha}\theta\lambda\eta\tau\acute{\iota}\kappa\omicron\varsigma$) entwickelte sich der heute gebräuchliche Begriff **Athletik**. Die Griechen selbst kannten diesen abstrakten Terminus nicht, erst die Römer sprachen von einer **ars athletica**.

In dieser Arbeit wird der Ausdruck **Athlet** weitgehend für den Leistungs- und Berufssportler verwendet.

1.2. Gymnastik und Gymnast

Die Bezeichnung **Gymnastik** entstand dagegen erst im 5. Jhd. v. Chr. und leitet sich ab von *nackt* ($\gamma\upsilon\mu\acute{\nu}\omicron\varsigma$). Unter *Gymnastik* ($\gamma\upsilon\mu\upsilon\alpha\sigma\tau\acute{\iota}\kappa\acute{\eta}$ [$\acute{\eta}\acute{\chi}\nu\eta$]) verstand man die Trainierkunst, die Kunst der Leibesübungen. Mit *Gymnastik* wurde aber auch die „Pflege der Gesunden“ und die „Iatrik (Medizin) für die Leidenden“, also ein medizinischer Aspekt der Leibesübungen, bezeichnet (2). Jemand, der die Kunst des Einübens und Trainierens beherrschte, war ein **Gymnast** ($\gamma\upsilon\mu\upsilon\alpha\sigma\tau\acute{\eta}\varsigma$). Als die *Gymnastik* auch medizinische Bedeutung gewann, erweiterte sich der Aufgabenbereich des *Gymnasten*: er verfügte nun neben den sportpraktischen Kenntnissen auch über medizinisches Wissen.

1.3. Paidotrib

Nach JÜTHNER ist die Grundbedeutung des Begriffs **Paidotrib** ($\pi\alpha\iota\delta\omicron\tau\omicron\rho\acute{\iota}\beta\acute{\eta}\varsigma$) nicht mehr festzustellen (3). Aus der Zusammensetzung („Knabenerzieher, -trainer“) lasse sich aber schließen, dass diese Bezeichnung erst aufkam, als die *Gymnastik* den wichtigsten Raum der Jugenderziehung einnahm, also im 6. Jhd. v. Chr. *Paidotriben* waren für die körperliche Erziehung und Ausbildung der Jugendlichen, aber auch der Athleten, zuständig.

Mit dem Aufkommen des *Gymnasten*, des „Trainers mit medizinischem Wissen“, entbrannte ein jahrhundertelanger Streit über Kompetenz und Wirkungsbereich der beiden „Trainertypen“ (4)

1.4. Sport

Der Begriff leitet sich vom lat. *deportare* (sich zerstreuen, vergnügen) ab. Daraus entwickelte sich über das altfrz. *desport* (Erholung, Zerstreuung) im angelsächsischen Sprachraum über das Verb *to disport* der Begriff *Sport*. Historisch gesehen kam es zu einem Bedeutungswandel von „Zerstreuung“ zu „körperlicher Ertüchtigung“. In der deutschen Sprache gab/gibt es seit dem 16. Jhd. den Begriff der *Leibesübungen*, seit Anfang des 19. Jhds. die Bezeichnung *Turnen*. Erst ab der Mitte des 19. Jhds. erreichte der Ausdruck *Sport* auch den deutschen Sprachraum.