

# Sommerolympiade 2008 – Allergien

Im August 2008 finden die olympischen Sommerspiele zum ersten Mal in der Volksrepublik China statt. Neben Grundsatzdiskussionen rund um den Tibetkonflikt macht in Sportlerkreisen vor allem das Thema Luftverschmutzung in der chinesischen Hauptstadt von sich reden. Diese kann für die Gesundheit der Sportler bedenklich bis schädlich sein, vor allem wenn sie unter Allergien leiden.



Smog in Peking.

In China kann es an Sommertagen sehr heiss werden. Im Norden, wo die Olympischen Sommerspiele stattfinden, klettert das Thermometer im Sommer (Mai bis August) auf bis zu 38 Grad, bei hoher Luftfeuchtigkeit. Zur Hitze und der hohen Luftfeuchtigkeit gesellt sich eine massive Luftverschmutzung. Der gesundheitsgefährdende Mix aus Ozon, Feinstaub, Schwefeldioxid und Stickoxiden ist in Peking oft bis zu fünfmal höher als die empfohlene Obergrenze der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Im Vergleich: Der EU-Grenzwert für Feinstaub beträgt 40 Mikrogramm pro Kubikmeter (seit 2005) bzw. 20 (von 2010 an). Der Jahresmittelwert in Peking lag 2006 bei 161 Gramm. Selbst an einem normalen Tag sind die Umweltbedingungen in Peking alles andere als optimal. Höchst bedenklich wird es, wenn Smog herrscht, und das ist nicht selten im feuchtheissen Monat August. Die Luft ist dann zum Schneiden und die Feinstaub-

belastung steigt noch weiter in den gesundheitsschädlichen Bereich als sonst. Dies alles sind spezielle und vor allem schwierige Voraussetzungen für die Athleten an den Olympischen Sommerspielen in Peking.

## Luftverschmutzung, Asthma und Absagen

Dass Peking kein Luftkurort ist, war schon bei der Auswahl des Ortes für die Olympischen Spiele ohne Ausnahme bekannt. Eignet sich denn ein Ort mit einer derart hohen Luftverschmutzung überhaupt für Olympische Spiele? Wie werden die Athleten mit der zusätzlichen Belastung umgehen? Wie sieht es aus für Sportlerinnen und Sportler, die effektiv unter Allergien oder Asthma leiden?

Die Luftverschmutzung, die hohe Luftfeuchtigkeit und die Tatsache, dass im Sommer wegen der grossen Hitze überall die Klimaanlage auf dem Maximum laufen, sind denkbar ungüns-

tige Voraussetzungen für Asthmatiker und erschweren die Anpassungsfähigkeit noch um einiges.

Einige Sportler haben sich deshalb aus gesundheitlichen Gründen gegen eine Teilnahme an den Olympischen Sommerspielen in Peking entschieden. Die belgische Tennisspielerin und Olympiasiegerin Justine Henin verzichtet auf eine Teilnahme an den Spielen, weil sie eine Verschlimmerung ihres Asthmas befürchtet. Auch der Marathon-Weltrekordhalter Haile Gebrselassie ist Asthmatiker. In der Luftverschmutzung sieht er eine ernsthafte Gefahr für seine Gesundheit: «Meine Priorität besteht darin, zu leben und meine Gesundheit zu halten.» Daher wird er in Peking auf einen Start verzichten. Zu gross ist die Angst vor bleibenden, gesundheitlichen Schäden. Am Lauf über 10 000 Meter wird er aber trotzdem teilnehmen.

Wieder andere versuchen, der Luftverschmutzung zu entkommen, indem sie Peking so lange wie möglich meiden und erst in letzter Sekunde anreisen.

## Vorsorge für Schweizer Sportler

Auch die Schweizer Delegation bereitet sich auf die speziellen Verhältnisse gut vor. So werden vorgängig bereits bestimmte Abklärungen gemacht.

Bekannt ist, dass ca. 20% der Olympiateilnehmer Asthma haben. Das Brisante daran ist, dass sich dessen nur die Hälfte bewusst ist. Die Konsequenz daraus ist, dass jede Athletin und jeder Athlet eine Asthmaabklärung machen muss. So können bereits im Voraus Massnahmen getroffen und die Dopingbehörden informiert werden. Auch von Schutzmasken gegen Feinstaub und anderen giftigen Stoffen, welche in der Luft schweben, wird gesprochen. Jedoch unter Vorbehalt, da es zu einer Erschwerung der Atmung führen kann.

# und Asthma



Smog über Peking.

## Lebensmittel mit Vorsicht geniessen

Die Standards für Lebensmittel in China sind komplett andere als in Europa. Für Nahrungsmittelallergiker kann dies zu einer echten Herausforderung werden.

Die Sportler werden deshalb mittels eines Merkblatts «Medizinischer Ratgeber für Peking» gewarnt, ausserhalb des kontrollierten Bereichs, zum Beispiel an Strassenständen, zu essen – allein schon aus hygienischen Gründen. Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte sich an die altbewährte Regel halten: «Peel it, boil it, cook it – or forget it!» bzw. «Koch es, brat es, schäl es oder vergiss es!»

Durchfall aufgrund von Lebensmittelunverträglichkeit, Lebensmittelvergiftungen oder Medikamenten kann innerhalb von kurzer Zeit zu sehr starken Flüssigkeits- und Mineralstoffverlusten führen. Dies bringt den Athleten enorme Leistungseinbussen, eine Folge, die niemand erleiden möchte, der tagein, tagaus über eine lange Zeit auf die Olympiade hin trainiert hat, um in seiner Disziplin Höchstleistungen zu erbringen oder gar eine Medaille nach Hause zu tragen.

Quelle: <http://learn.chineselearning.com/newsroom/newsimages/images/chinasmog>

Es gilt an dieser Stelle nun nur noch, allen Sportlerinnen und Sportlern viel Glück zu wünschen.

■ Christine Buschor, *aha!*

渴	kè	Durst (haben)
饥饿	jī è	Hunger / Hunger haben
花粉	huā fěn	Pollen / Blütenstaub
气喘	qì quǎn	Asthma
草	cǎo	Gras / Heu
过敏	guò mǐn	Allergie
枯草热	kū cǎo rè	Heufieber / Heuschnupfen
悦	yuè	fröhlich / glücklich / erfreut
酸	suān	traurig

Quelle: <http://www.chinesisch-lernen.org/worterbuch>

## Hygiene-Revolution!

*MicroClean*® - Absolute Hygiene bei natürlichem Schlafkomfort.

BICO MicroClean® revolutioniert die Betthygiene und bringt eine ungeahnte Freiheit ins Bett. Sie verbindet erstmals natürliche Auflagen mit einem permanenten Schutz vor Milben und Allergenen und einem waschbaren Bezug. Eine ganz neue Dimension von Komfort, Klimaregulierung und Individualität. Besonders geeignet für Allergiker. Mehr Informationen im Fachhandel oder unter [www.bico.ch](http://www.bico.ch).

Weltneuheit



Mit klimaregulierendem, integriertem Filter



Bezug abnehmbar



Bezug waschbar

Klinisch getestet, Patent angemeldet.

**bico**®  
OF SWITZERLAND

Für ä tüüfä gsundä Schlaaf.®