Sportler auf dem Prüfstand

Sportler auf dem Prüfstand

Leistungssportler, die an internationalen Wettkämpfen teilnehmen wollen, müssen nicht nur bestimmte Leistungskriterien erfüllen, sondern auch der Ausgang der sportmedizinischen Untersuchungen entscheidet darüber, ob Sportler zu Wettkämpfen fahren dürfen und vor allem ob sie den hohen Trainingsbelastungen des Leistungssport gewachsen sind. Ziel der Untersuchungen ist es dabei primär, auf organische, muskuläre oder orthopädische Schwachstellen aufmerksam zu machen und Verletzungen gar nicht erst entstehen zu lassen. Eine Leistungsdiagnostik, die Daten zu EKG und Belastungs-EKG, Blutdruckverhalten in Ruhe, Belastung und Erholung und Lungenfunktionsdiagnostik enthält, kann Trainern und Sportler wertvolle Erkenntnisse liefern. Besonders sinnvoll kann dabei auch der Functional Movement Screen (FMS) sein. Er analysiert Schwachstellen im Bewegungsablauf. Die Kompensation beeinträchtigter Körperregionen mit anderen Muskeln findet nur oberflächlich statt. Komplexe Bewegungen werden nicht mehr korrekt ausgeführt. Die Folge sind Dysbalancen oder neue Verletzungen. Im amerikanischen Leistungsport und der dortigen Feuerwehr und dem Militär ist der FMS schon seit 2001 fester Bestandteil. Der ehemalige Nationaltrainer der Fußball-Nationalmannschaft der Männer, Jürgen Klinsmann, brachte diesen Trend mit nach Deutschland und nutzte es bei der Vorbereitung auf die WM 2006. Defizite in der Beweglichkeit sollen aufgedeckt und durch sogenannte Stabilisationsübungen werden Vorbeugemaßnahmen ergriffen. Für ein wenig Spott sorgte anfänglich der legendär gewordene Watschelgang mit Gummiband, der mittlerweile beim DFB und Profi-Vereinen aber fest etabliert ist.

Empfehlenswert für jedermann

Bei Kadersportlern haben übrigens viele Landessportbunde im Zuge der sportmedizinischen Untersuchungen auch das Thema Doping bedacht. Ein derzeit wieder mal heiß diskutiertes Thema. Leistungssportler müssen nämlich, sofern sie ihre Checks an entsprechenden Instituten vornehmen, auch eine Erklärung unterschreiben, dass sie mit den Richtlinien der nationalen und der internationalen Anti-Doping-Agentur einverstanden sind. Damit werden Ärzte von ihrer Schweigepflicht entbunden und können Hinweise auf Doping weitergeben. Doch nicht nur für Leistungssportler sind sportmedizinische Untersuchungen wichtig. Auch für Hobbysportler und insbesondere für Anfänger oder für Wiedereinsteiger sind sie wichtig, um Überlastungen zu vermeiden und gesund und angemessen zu trainieren sowie einen Trainingserfolg zu erreichen. Sie haben zudem eine hohe Wichtigkeit in der Vorbeugung schwerwiegender Erkrankungen. "So können bei einer sportkardiologischen Untersuchung EKG-Veränderungen, Blutdruck- oder auch Laborwertveränderungen festgestellt und somit das Risiko eines Infarkts, Schlaganfalls oder ähnlichem vermindert werden", erklärt Peter Hoffmann, Experte für sportmedizinische Leistungsdiagnostik in Berlin.

Pressekontakt

Peter Hoffmann

Herr Peter Hoffmann
Schönhauser Allee 75
10437 Berlin

praxis-hoffmann.net
kontakt@praxis-hoffmann.net

Firmenkontakt

Peter Hoffmann

Herr Peter Hoffmann
Schönhauser Allee 75
10437 Berlin

praxis-hoffmann.net
kontakt@praxis-hoffmann.net

Peter Hoffmann, Ihr Kardiologe und Internist in Berlin, und sein Team setzen alles daran, dass Sie bestmöglich beraten und behandelt werden. Wir wollen, dass Sie sich in unserer Praxis wohl fühlen. Nur so kann das notwendige Vertrauen entstehen und den Behandlungserfolg nachhaltig sichern.