

STANDARDS SPORTMEDIZINISCHE UNTERSUCHUNG

Alle SportlerInnen der NWLSM des VÖN müssen bei der Aufnahme ihre Sport- und Wettkampftauglichkeit nachweisen. Die dazu durchgeführte Untersuchung muss an einer akkreditierten Landesuntersuchungsstelle durchgeführt werden und die im Folgenden spezifizierten Inhalte abdecken. Diese leistungsmedizinische Untersuchung dient der Ermittlung von Risikofaktoren, Anpassungserscheinungen bzw. zur Bestimmung der Leistungsfähigkeit für Trainings- sowie Wettkampfverträglichkeit und muss im Weiteren mindestens einmal pro Jahr durchgeführt werden.

>> SPORT- UND WETTKAMPFTAUGLICHKEITSUNTERSUCHUNG

Anamnese, körperliche Untersuchung

- Anamnese (Familien- und Eigenanamnese inkl. Medikamente)
- Somatogramm (Körperfett, BMI)
- Ruhepuls, Blutdruck
- Internistischer Status
- Orthopädischer Status inkl. Halte-, Stütz- und Bewegungsapparat

EKG (12-Kanal-Ruhe)

- Dokumentation von Hinweisen auf bzw. Ausschluss von angeborenen oder erworbenen kardialen Veränderungen bzw. Herzerkrankungen sowie Rhythmusstörungen

Lungenfunktion (kleine Spirometrie)

- Ausschluss einer obstruktiven oder restriktiven Lungenerkrankung

Echokardiographie (wünschenswert)

- Bei Aufnahme und/bzw. 14./15. Lebensjahr zum Ausschluss angeborener Herzfehler wobei Ausschluss möglicher pathologischer Anpassungserscheinungen

Ergometrie (Rad / Laufband)

- Die Erstuntersuchung erfolgt mittels Fahrradergometer. Für Sportarten die mit dem Laufband untersucht werden, erfolgen leistungsmedizinische Verlaufsuntersuchungen mittels Laufband.

Allgemeine Inhalte:

- Ermittlung der aktuellen kardiozirkulatorischen Leistungsfähigkeit
- Dokumentation der Leistungsentwicklung
- Bestimmung der Effektivität bestimmter Trainingsmethoden und Belastungsfaktoren (Intensität, Umfang, Häufigkeit, etc.)
- Ausschluss möglicher pathologischer Anpassungserscheinungen
- Gewinnen von Richtdaten zur Trainingssteuerung in bestimmten Sportarten
- Erarbeiten von Leistungsprognosen

Leistungsmedizinische Parameter:

- Herzfrequenz Ruhe / Herzfrequenz Maximum
- Leistungsfähigkeit
- Watt/kg; km/h
- Fakultativ: VO_2 ml/min/kg
- Ruhelaktat, Maximallaktat
- Aerobe Schwelle (z.B. 2mmol, IAT, LTP1, AT)
- Anaerobe Schwelle (z.B. 4mmol, RCP, IANT, LTP2)
- Funktionelle aerobe Kapazität in % Pmax
- Fakultativ Blutzucker im Verlauf

Leistungsmedizinisches Labor (nüchtern) bei Erstuntersuchung vorliegend, danach fakultativ bzw. je nach Befund:

- Blutbild mit Thrombozyten
- Blutzucker
- Blutfette (Cholesterin, Triglyzeride, HDL, LDL)
- CK
- Harnstoff, Kreatinin, Harnsäure

Abschlussbesprechung:

- Gesundheitszustand
- Sporttauglichkeit / Wettkampftauglichkeit
- Trainingszustand
- Sportarteignung
- Prophylaxe von Überlastung und Verletzung Trainingsberatung

Sehtest (wünschenswert)

Zahnstatus (wünschenswert)