

➤ NEUES AUS DER SPORTMEDIZIN

Wussten Sie schon...

... dass sportärztliche Vorsorge-Untersuchungen das gesundheitliche Risiko beim Sporttreiben erheblich reduzieren, sofern latente oder nichterkannte Herzkrankheiten vorliegen?

So ist durch die verpflichtende Untersuchung bei 12-35jährigen Leistungssportlern in Italien die Zahl schwerwiegender Zwischenfälle beim Sport fast auf Null zurückgegangen. Dementsprechend fordert die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention die Einführung einer qualifizierten sportärztlichen Untersuchung nicht nur für Kadersportler, sondern auch für Individual- und Breitensportler.

Die Forderung erscheint berechtigt vor dem Ergebnis einer Befragung von 10000 Joggern in der BRD, von denen sich nur

50% sportärztlich untersuchen ließen. Neu- oder Wiedereinsteiger nutzen das Angebot einer solchen Untersuchung nur zu 42 %. Vermutlich mangelt es hier an der Information über das bestehende Risiko. Dies ist z.B. für einen plötzlichen Herzstillstand bei einem jungen Sportler im Falle einer nichterkannten Erkrankung 2,5mal höher, als bei einem Nichtsportler. Die einzige sinnvolle Strategie dagegen ist die qualifizierte präventive Untersuchung.

Was muss dieser Sportmedizinische Check nun beinhalten? Dies ist verständlicherweise davon abhängig, wer untersucht wird, d.h. in welchem Alter sich der Sporttreibende befindet und welche Risikofaktoren vorliegen. Bei älteren Sportlern und Wiedereinsteigern über 35 Jahren ist die Herzkranzgefäßverengung als Hauptursache für schwerwiegende Komplikationen beim Sport nachgewiesen. Insofern ist bei diesem Kollektiv ein spezieller Nutzen vom Belastungs-Ekg zu erwarten, da das Ruhe-Ekg keine Durchblutungsstörungen am Herzen nachweisen kann. Wichtig ist allerdings, dass auch eine Ausbelastung vorgenommen wird, da erst dann Veränderungen der Herzstromkurve erkennbar werden.

Bei jungen Sportlern hingegen ist neben Anamnese und Auskultation bes. das Ruhe-Ekg hilfreich, um sog. „elektrische Herzerkrankungen“ wie Reizleitungs- und Rhythmusstörungen auszuschließen, aber auch einen Hinweis auf mögliche Herzmuskelerkrankungen zu bekommen. So ist z.B. die angeborene Herzmuskelerkrankung (hypertrophe Kardiomyopathie) in bis zu 50% die Ursache aller plötzlichen Herztodesfälle bei jungen Sportlern.

Deshalb muss auch beim geringsten Hinweis auf eine strukturelle Herzerkrankung eine Echokardiographie (Herz-Ultraschall) durchgeführt werden, um Schlimmeres zu verhindern.

➤ Deshalb gilt: Auch wenn du dich ganz gesund fühlst, erst checken - dann laufen !

Ihr Dr. Reinhard Wittke

Kurpromenade 2
95448 Bayreuth
Telefon: 0921 - 50 73 74 444
Fax: 0921 - 50 73 74 175
E-Mail: kontakt@sportmedizin-wittke.de
www.sportmedizin-wittke.de

