

Abgestufte sportärztliche Untersuchung

Stufe 1: Sportärztliche Vorsorgeuntersuchung

Zielgruppe

- Reihenuntersuchung aller Sporttreibenden im Kindes- und Jugendalter
- Freizeit-, Breiten- und Volkssportler bis 35 Jahre

- **Vorsorgeuntersuchung**

- Anamnesebogen zum Selbstauffüllen
- Standardisierte Anamnese (durch den Arzt)
- Körperliche Untersuchung (internistisch und orthopädisch) gem. einem Erhebungsbogen, ggf. zusätzliche Untersuchungen bei bestimmten Sportarten

Anamnese und körperliche Untersuchung sind Anleitungen zur Untersuchung und Dokumentation erstellt.

- **Fakultativ**

- EKG in Ruhe, ggf. Laboruntersuchungen (Urinstatus)
- Belastungsuntersuchung (Ergometrie)

- **Beurteilung / Beratung**

- Gesund, tauglich für alle Sportarten
- Gesund mit Einschränkung, tauglich für alle Sportarten/Belastungsformen ausser: ?
- Nicht sporttauglich, weitere Abklärung erforderlich
- Empfehlungen: ?

- **Häufigkeit**

- Mindestens alle 2 – 4 Jahre, jährlich wünschenswert

Stufe 2: Sportärztliche Untersuchung

Zielgruppe

- Alle Sporttreibenden über 35 Jahre, insbesondere solche mit mehr als einem Risikofaktor
- Kinder und Jugendliche mit auffälligen Befunden
- Sportarten mit besonderem Risiko

- **Anamnese und körperliche Untersuchung wie unter Stufe 1**

- **Ergänzende Untersuchungen**

- Ergometrie (Fahrrad, Laufband) Belastungs-EKG
 - ggf. *sportartspezifische Leistungsdiagnostik: Bestimmung von Laktat unter Belastung, ggf. Spiroergometrie und Kraftdiagnostik*
- Labordiagnostik
 - z. B. *Urinstatus, Blutbild, Lipidstatus, Ferritin, Kalium, Magnesium, gGT, Kreatinin, Blutzucker*

- **Beratung zu**
 - Gesunder Lebensführung (Prävention)
 - Risikofaktoren-Profil
 - Leistungsfähigkeit
 - Trainingsanalyse und Trainingsberatung
- **Beurteilung/Beratung**
 - Gesund, tauglich für alle Sportarten
 - Gesund mit Einschränkung, tauglich für alle Sportarten/Belastungsformen ausser: ?
 - Nicht sporttauglich, weitere Abklärung erforderlich
 - Empfehlungen zu Prävention, Leistungsfähigkeit, Training
- **Häufigkeit**
 - Mindestens alle 2 – 4 Jahre, jährlich wünschenswert

Stufe 3: Erweiterte Sportärztliche Untersuchung

Zielgruppe

- Breitensportler mit zukünftiger Wettkampfteilnahme oder bei Trainingsumfang ? 6 Std./Woche
- Breitensportler mit Wunsch einer eingehenden Leistungsdiagnostik zur Optimierung der Trainingsplanung (z. B. im Rahmen eines Fitnessstrainings oder vor Marathonteilnahme)
- Leistungssportler, die keinem der Kader angehören
- Breitensportler (Gesundheitssportler) mit Herz-Kreislauf-Krankheiten

- **Vorsorgeuntersuchung wie unter Stufe 1**
- **Ergänzende Untersuchungen**
 - Ergometrie (Fahrrad, Laufband) bzw. Belastungs-EKG
 - ggf. *sportartspezifische Leistungsdiagnostik: Bestimmung von Laktat unter Belastung, ggf. Spiroergometrie und Kraftdiagnostik*
 - Labordiagnostik
 - z. B. *Urinstatus, Blutbild, Lipidstatus, Ferritin, Kalium, Magnesium, gGT, Kreatinin, Blutzucker*
 - Echokardiographie
 - Spezielle orthopädische Untersuchungen
 - Trainingsanalyse und Trainingsberatung
 - Körperkomposition
- **Beurteilung/Beratung**
 - Gesund, tauglich für alle Sportarten
 - Gesund mit Einschränkung, tauglich für alle Sportarten/Belastungsformen ausser: ?
 - Nicht sporttauglich, weitere Abklärung erforderlich

- **Beurteilung/Beratung**
 - Gesundheitszustand
 - Trainingszustand
 - Trainingsempfehlung/Beratung
- **Häufigkeit**
 - Jährlich, ggf. weitere Untersuchungen nach Bedarf

Stufe 4: Kaderuntersuchung

Untersuchung gem. den Vorgaben des DSB-BL bzw. der jeweiligen LAL. Profisportler sind ebenfalls nach diesem Schema zu untersuchen, falls keine anderweitigen Vorschriften vom nationalen oder internationalen Verband vorliegen.

Zielgruppe

- D, D/C, C-, B- und A-Kader, Profisportler

- **Untersuchung:** Vordruck der Kaderbögen
 - Gesundheitszustand
- **Beurteilung/Beratung**
 - Gesundheitszustand
 - Trainingszustand
 - Trainingsempfehlung und Trainingsplanung
- **Häufigkeit**
 - Ein- bis mehrmals jährlich je nach Trainings- und Wettkampfplanung

Erarbeitet von einer
Expertenkommission und dem Präsidium der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin
und Prävention

Stand: 03/2002

Geplante Revision: 8/2003