

Die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention tagt in Frankfurt

„Sportmedizin – das Fach, das sich bewegt“

In diesem Jahr wurden für den Deutschen Sportärztekongress am 12./13. September 2014 auf dem Campus der Goethe-Universität in Frankfurt am Main Themenschwerpunkte definiert, die ganz im Sinne des Leitthemas der Veranstaltung „*Sportmedizin – das Fach, das sich bewegt*“, die Entwicklung des Faches verdeutlichen sollen. Die Schwerpunkte werden in verschiedenen Sitzungsformaten präsentiert, die von wissenschaftlichen Plenar- oder Schwerpunktsitzungen (*State-of-the-art*-Vorträge) bis hin zu klinisch ausgerichteten Fortbildungssitzungen reichen. Im Besonderen sind dies:

Prävention und Gesundheitsmanagement im Leistungssport

Eine verantwortungsvolle medizinische Betreuung des Leistungssports zählt mit zu den zentralen Aufgaben des Fachs Sportmedizin. Der Leistungssport birgt nicht zuletzt im Spitzenbereich gesundheitliche Risiken, die durch ein funktionierendes Gesundheitsmanagement möglichst gering gehalten werden müssen. Einerseits spielt eine entsprechende sportmedizinische Versorgungsstruktur eine wichtige Rolle, zum anderen muss durch eine wissenschaftliche Begleitung gesichert werden, dass durch wachsende Erkenntnisse die Maßnahmen zur Prävention und Therapie von sportbedingten Erkrankungen und Verletzungen kontinuierlich weiterentwickelt und optimiert werden. Eine Schwerpunktsitzung widmet sich Fragen zur Häufigkeit, Art und den Ursachen gesundheitlicher Probleme von Leistungssportlern. Sie thematisiert, wie mit sportbezogenen Gesundheitsrisiken gerade unter dem Aspekt der kurzfristigen Leistungsorientierung umgegangen wird, und welche Anforderungen an das sportmedizinische Gesundheitsmanagement im Leistungssport sich daraus ergeben. Darüber hinausgehen in einigen Sportarten Sportler und Sportlerinnen durch eine reduzierte Kalorienzufuhr ein erhebliches Energiedefizit ein, um ein niedriges Körpergewicht und/oder eine angestrebte Körperkomposition zu verwirklichen. Hierbei können bedeutende Gesundheitsbeeinträchtigungen auftreten bis hin zum Vollbild einer Anorexia nervosa und damit einer Essstörung.

Schulterverletzungen

Die Schulter ist ein muskelgeführtes Gelenk, dessen Funktion entscheidend von der neuromuskulären Steuerung und Integrität der beteiligten Muskeln und Sehnen abhängt. Bisher wurden Sehnen- und Bänderrisse soweit möglich wieder an den ursprünglichen Stellen refixiert. Bei größeren Defekten rücken biotechnologische Verfahren und die Zelltherapie in den Vordergrund. Die Betreuung von Spitzensportlern in Wurfdisziplinen ist komplex und sollte die gesamte kinetische Kette vom Rumpf bis zur Hand mit einbeziehen. Neben der Diagnose und Therapie von Bewegungsstörungen spielen präventive physio-therapeutische Konzepte eine zunehmend wichtige Rolle. Die Behandlung der Schulterluxation hat in den letzten Jahren einen starken Wandel erlebt. Die Ergebnisse der konservativen und operativen Behandlung müssen sich Evidenz basierten Kriterien unterwerfen, um die Betroffenen optimal beraten zu können.

Degenerative Gelenkerkrankungen

Arthrose ist für aktive Menschen mit zunehmendem Alter ein enormes Problem. Epidemiologisch führend sind der Knie- und Hüftverschleiß, was auch zu einer hohen Kostenbelastung im Gesundheitssystem führt. Es gibt Ansätze, die über das molekulare Verständnis der Erkrankung eine Regeneration ermöglichen sollen. Dabei gelangt zunehmend auch der Einsatz der Stammzellen als mögliche Therapieoption in den Fokus des Interesses. Spannende neue Erkenntnisse gibt es bei der

PRESSEMITTEILUNG



Entwicklung von Hüftverschleiß durch Fehlformen des Hüftkopfes. Manche Formen des Hüftkopfes können zu einem Einklemmen („Impingement“) der Gelenkklappe zwischen dem Schenkelhals und Pfannenrand und einem Knorpelschaden führen. Damit im Zusammenhang steht der vermehrte und vor allem frühzeitige Einsatz trainingstherapeutischer Ansätze zur Behandlung der Arthrose, auch mit dem Ziel zu versuchen, dadurch die Implantation künstlicher Gelenke hinaus zu zögern.

Sportmedizinische Trainingstherapie

Die Bedeutung der sportmedizinischen Trainingstherapie hat in den letzten Jahren weiter zugenommen. Unverändert mehren sich die Indikationsgebiete, in denen körperliches Training sowohl präventive als auch therapeutische Wirkungen entfalten. Neben der Wirksamkeit von körperlichem Training bei kardiovaskulären Erkrankungen, Krebs oder Diabetes konnten zuletzt interessante Erkenntnisse bei der Therapie und Prävention neurodegenerativer Erkrankungen gewonnen werden. Ein Regenerationspotential unseres Gehirns, das unter anderem auf Neubildung von Nervenzellen beruht, ist auch noch im Erwachsenenalter erhalten. Neuronale Stammzellen finden sich noch an bestimmten Stellen des Erwachsenen Gehirns. Wichtige Bereiche des Gehirns, die für unsere kognitive Leistungsfähigkeit wesentlich sind, können so noch im Erwachsenenalter wachsen und regenerieren. Körperliche Aktivität induziert diese stammzellbasierende Anpassung des Gehirns über verschiedene Mechanismen. Es wird aufgezeigt, wie und warum körperliches Training unser Gehirnwachstum beeinflusst und was die funktionelle Bedeutung dieser Anpassung ist.

Bei der Adipositas ist körperliche Aktivität und Training bekanntermaßen ein wichtiges therapeutisches Instrument. Neuer sind die Erkenntnisse dazu, wie entscheidend Faktoren wie die Körperfettverteilung, der Energieverbrauch bei körperlicher Belastung aber auch die körperliche Fitness das Krankheitsrisiko, das sich aus einer Adipositas entwickeln kann, modulieren. Dabei werden die Mechanismen, wie diese Begleitfaktoren das Krankheitsrisiko bei Adipositas determinieren und körperliches Training darüber risikosenkend wirken kann, dargestellt.

Sportmedizinische Aspekte des (Lauf-)Ausdauersports

Die Leistungsfähigkeit in den Ausdauersportarten wird vordergründig von der maximalen kontinuierlichen Energiebereitstellungsrate und den dadurch limitierenden Faktoren bestimmt. Gleichwohl ist das Erreichen einer hohen Ausdauerleistungsfähigkeit durchaus mit geringerem Energieumsatz, dann jedoch mit höherer mechanischer und/oder metabolischer Effizienz möglich. Somit muss in die Bewertung der Fitness von Gesunden und Kranken immer die Diagnostik des Wirkungsgrads von Stoffwechsel und Motorik einbezogen werden. Exemplarisch kann dieser Zusammenhang in der Analyse der Leistungsfähigkeit von Langstreckenläufern mit unterschiedlichen Körpermaßen verdeutlicht werden. Von Bedeutung für die moderne Trainingsplanung im Leistungssport, aber auch für die bewegungsbezogene Gesundheitsförderung sind wiederum alle Möglichkeiten zur vorteilhaften Modifikation der metabolischen und mechanischen Effizienz, sei es durch Training oder Ernährung.

Professor Dr. Andreas Nieß (Tübingen), Tagungspräsident, Programmkommission der DGSP

Der Autor: Professor Dr. med. Andreas Nieß ist Internist und Sportmediziner. Andreas Nieß ist Ärztlicher Direktor der Abteilung Sportmedizin am Universitätsklinikum Tübingen. Seine klinischen und wissenschaftlichen Schwerpunkte umfassen die Belastbarkeitsdiagnostik und das Training bei Sportlern und Patienten sowie die körperlichen Stressreaktion auf sportliche Belastungen.

(Frankfurt, 11. September 2014)