Forderung nach richtiger Bewegung als Prävention
ExpertInnen diskutierten von 13. bis 14. Dezember über Bewegung, Therapiemöglichkeiten und Betreuung in der Sportmedizin

(19.12.19): Eröffnet wurde der Kongress „Update Sportmedizin“ von Rektor Friedrich Faulhammer von der Donau-Universität Krems und Bundesrätin Doris Berger-Grabner. Einleitend präsentierten junge WissenschaftlerInnen am Vormittag ihre neuesten Forschungsergebnisse im Bereich Regenerative Medizin. Anschließend widmeten sich ExpertInnen in Paneldiskussionen und Vorträgen den Themen Sportverletzungen, Behandlungsmöglichkeiten sowie Prävention.

Mag. Friedrich Faulhammer, Rektor der Donau-Universität Krems, unterstrich in seiner Begrüßung die Wichtigkeit des lebensbegleitenden Lernens. Während Mag. Dr. Doris Berger-Grabner, Bundesrätin des Landes Niederösterreich, die Bedeutung des Sports im Allgemeinen für das Land Niederösterreich betonte.

Univ.-Doz. Dr. Günther Neumayer, Präsident der österreichischen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (ÖGSMP), und Univ.-Prof. Dr. Thomas Tischer, Incoming Präsident der Gesellschaft für Orthopädisch-Traumatologische Sportmedizin (GOTS), sprachen bei der Eröffnung über den Stellenwert der Weiterbildung, Lehre und Forschung im Bereich Sportmedizin.

Univ.-Prof. Dr. Stefan Nehrer, Dekan der Fakultät für Gesundheit und Medizin, und Prim. Assoc. Prof. Dr. Andrea Podolsky, Fachärztin für Innere Medizin und Leiterin des Instituts für Präventiv- und Angewandte Sportmedizin an der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften, stellten den Universitätslehrgang Sportmedizin vor. Gerade im Bereich Sportmedizin sei bei der Ausbildung ein Vakuum vorhanden, da es hier keine Facharztausbildung gäbe. Daher freuen sich beide, dass es gelungen sei, diesen Universitätslehrgang an der Donau-Universität Krems zu etablieren.

**Prävention in der Sportmedizin**Die erste Podiumsdiskussion widmete sich dem Thema Prävention in der Sportmedizin. Aus Sicht der Wissenschaft sind diese Programme gut entwickelt. 50 Prozent aller Verletzungen können durch Vorsorgeprogramme und gezieltes Training vermieden werden. Diese Vorsorgeprogramme umfassen auch das Problem des Bewegungsmangels. Zahlen aus Deutschland zeigen, dass sich die Deutschen durchschnittlich rund 600 Meter am Tag bewegen. Allerdings scheitere es in beiden Fällen oft an der Motivation an Präventionsprogrammen teilzunehmen und an der Aufklärung und Betreuung der SportlerInnen. Trotzdem wäre es aus Sicht der Gesamtgesellschaft und auch für den Einzelnen sinnvoll an Präventionsprogrammen teilzunehmen. Schließlich verursachen Sportverletzungen in der Europäischen Union jährlich rund 78 Millionen Euro Kosten.

Unter der Moderation vonUniv.-Prof. Dr. Stefan Nehrer diskutierten Univ.-Prof. Dr. Martin Engelhardt, Vorsitzender der Sektion Sporttraumatologie der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC), Univ.-Prof. Dr. Thomas Tischer, Univ.-Doz. Dr. Günther Neumayer und Dr. Alfred Engel, Spezialist für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie.

**Betreuung im Spitzensport**Die Diskussion des zweiten Panels fokussierte sich auf die Spitzensportbetreuung. Dies sei nach wie vor sehr schwierig, da es keine verpflichtenden Untersuchungen bzw. Präventionsprogramme für SportlerInnen gibt. Wie gut SpitzensportlerInnen von SportmedizinerInnen betreut werden, hängt auch von den TrainerInnen ab. Manche Verbände arbeiten sehr strukturiert und gut mit MedizinerInnen zusammen, andere wiederum nutzen dieses Angebot nicht. Daher wird eine verpflichtende sportmedizinische Betreuung bzw. Untersuchung gefordert. Diese würde auch die Ausfallrate im Spitzensportbereich vermindern.

Im zweiten Panel diskutierten Univ.-Prof. Dr. Martin Engelhardt, Dr. Casper Grim, Leitender Oberarzt der Abteilung Unfall und Handchirurgie am Klinikum Osnabrück, Prim. Assoc. Prof. Dr. Andrea Podolsky und Dr. Erich Altenburg, Facharzt für Unfallchirurgie und Team-Arzt des ÖSV Teams.

**Sportbetreuung im Kindesalter**Bei der dritten Diskussionsrunde wurde das Thema Sportbetreuung im Kindesalter unter zwei Aspekten beleuchtet. Einerseits wurde das Thema Kinder im Spitzensport diskutiert. Diese Kinder erhalten mittlerweile sehr früh spezifische Trainings, welche zu Belastungsbeschwerden und Verletzungen führen können. Hier fordere man eine spätere Spezialisierung im Sportbereich. Andererseits hätte man das Problem, dass sich Kinder zu wenig bewegen. Bereits 16 Prozent der Kinder sind übergewichtig und rund 6 Prozent der Kinder leiden an Adipositas. Hier seien Politik und Schule gefordert, die Freude an der Bewegung anhand der täglichen Turnstunde zu wecken. Dabei sei es auch wichtig Kinder, welche motorisch schwächer sind, zu fördern. Denn nur Kinder, die sich bewegen, werden auch im Erwachsenenalter Sport betreiben.

Es diskutierten Prof. Dr. Holger Schmitt, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Univ.-Prof. i.R. Dr. Peter Schober, Sportmediziner und Prof. Dr. Anja Hirschmüller, Sportmedizinerin am Altius Swiss Sportmed Center.

**Einblicke in Versorgung und Rehabilitation**

Nach den Diskussionen sprachen ExpertInnen über aktuelle und neue Behandlungen in der Sportorthopädie sowie Sporttraumatologie. Der Samstag widmete sich dem Programm Back to Sports nach Verletzungen sowie Motivationsmöglichkeiten der verschiedenen Altersgruppen zum Sport.

**Bilder**

Gruppenfoto von Vortragenden

(Foto: Donau-Universität Krems, Katharina Roll)

Abdruck von Bildmaterial honorarfrei für Pressezwecke unter Angabe der Fotocredits.

**Rückfragen**

Univ.-Prof Dr. Stefan Nehrer

Department für Gesundheitswissenschaften, Medizin und Forschung
Donau-Universität Krems

Tel. +43 (0)2732 893-2600

stefan.nehrer@donau-uni.ac.at

[www.donau-uni.ac.at/](http://www.donau-uni.ac.at/presse)gwmf