

Als Winter-Siegerschule wurde die SHS Altenmarkt prämiert, die bei der „Kinder laufen für Kinder“-Aktion einen erstmaligen Langlaufevent in den Pongauer Schnee zauberte. 700 Schüler/innen aus den Salzburger Schulen mit sportlichem Schwerpunkt erliefen mehr als 20.000 Euro für AMREF Austria. Dahinter platzierten sich die LBS Tamsweg mit einem Aktionstag für mehr Lebenskompetenz und das BG/BRG Zell am See mit einem abwechslungsreichen Gesundheitstag.

Ungleich spannender ging es in der Sommerkategorie zu. Hier hatte die VS Hallen-Stadt mit einem ganzjährigen Bewegungskonzept

Sportmedizin auf dem neuesten Stand

Das Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg hat seine Serviceleistungen weiter ausgebaut.

Von Josef Niebauer*

Um den Anforderungen im modernen Sport in allen Leistungsbereichen – Spitzensport bis Breitensport – gerecht zu werden, wurden die Serviceleistungen am Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg (Univertitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin) weiter ausgebaut und auf den neuesten Stand gebracht. In der Folge stellen wir einige der wichtigsten Neuerungen vor.

Das 24-Stunden-Langzeit-EKG wird zur Aufzeichnung von Herzfrequenzverhalten und bei Verdacht auf Rhythmusstörungen („Herzstoppern“) sowie bei Schwindel mit oder ohne Bewusstlosigkeit eingesetzt. Bei der 24-Stunden-Langzeitblutdruckmessung erfolgt die Aufzeichnung des Blutdrucks über den ganzen Tag. Dadurch ist eine exakte Diagnose des normalen oder erhöhten Blutdrucks möglich.

Rennrad- und Mountainbiketfahrer können nun die Leistungsdiagnostik (Ergometrie, Ergospirometrie) auf dem eigenen Rad durchführen. In den Cycclus 2 wird das eigene Rad ein-

(B-E-G für Bewegung-Ernährung-Gesundheit) die Nase knapp vor der MHS Zell am See, die ein sehr vielseitiges Bewegungsprojekt realisiert hatte. Die HS Golling als Drittplatzierte, die BHAK II Salzburg als Vierte und die fünftplatzierte SHS Plainstraße genossen ebenso das angenehme Ambiente der Siegerehrung und führen mit einer dickeren Geldbörse heim.

* Mag. Robert Tschaut ist Fachinspektor für Bewegungserziehung und Sport beim Landesschulrat Salzburg.

gespannt und so der Leistungstest unter optimalen Bedingungen bei mitlaufendem EKG und ggf. auch Ergospirometrie absolviert. Speziell für Ruderer wird die Leistungsdiagnostik (Ergometrie, Ergospirometrie) auf einem Rudergometer angeboten, um einen sportartspezifischen Test zu ermöglichen.

Wenngleich der Laktattest eine zuverlässige Methode zur Leistungsdiagnostik und Leistungssteuerung ist, so wird international der Ergospirometrie der Vorzug gegeben, da man nicht nur über die Ansäuerung der Muskulatur, sondern über die gesamte Herz- und Lungenfunktion unter Belastung noch detailliertere Aussagen treffen kann. Behindertensportler können nun unkompliziert Ergospirometrien am Handkurbelergometer bewältigen. Durch diesen dritten Belastungsplatz können jetzt Parallelbelastungen v.a. bei größeren Vereinsgruppen bei deutlicher Verkürzung der Wartezeiten durchgeführt werden.

Für die Läufer wurde das bisherige durch ein neues Laufband ersetzt, welches die modernsten Sicherheits-Standards erfüllt. Das EKG

wird mittels Klebe-Elektroden per Bluetooth übertragen, so dass der Läufer frei von umherhängenden Kabeln laufen kann. Mit Herzrhythmus kann die Funktion des Herzens und der Herzklappen genau erhoben und dem Sportler somit ein großes Maß an Sicherheit für seine Gesundheit gegeben werden.

Da sich Bewegung und Sport immer mehr als Therapeutikum erweisen, wurde eine ambulante kardiologische Rehabilitation eingerichtet, die Herzpatienten eine Rehabilitation am Wohnort ermöglicht. Unser Team aus Herzspezialisten, Internisten, Allgemeinmedizinern, Physiotherapeuten, Psychologen, Diätologen, Sozialarbeiter und Sportwissenschaftlern steht den Sportlern mit Rat und Tat zur Seite! Für die Rehabilitation werden die Kosten von den Kranken- und Pensionsversicherern übernommen.

Erfreulicherweise konnten wir über die vergan-

genen Jahre unser Spektrum wesentlich erweitern und sind mehr denn je für alle Personen da, die Sport treiben möchten, vom Freizeit- bis zum Leistungssportler. Wie wichtig die jährliche sportmedizinische Untersuchung ist, konnte neuerlich in einer internationalen Studie gezeigt werden: 88 Prozent der sportmedizinisch untersuchten Sportler waren froh, eine solche jährliche Untersuchung absolviert zu haben, 84% würden dies auch anderen Sportlern empfehlen und 64 Prozent fühlten sich im Anschluss an die Untersuchung sicherer während des Sports.

* Prim. Univ.-Prof. DDr. Josef Niebauer ist Leiter des Instituts für Sportmedizin des Landes Salzburg.



Josef Niebauer, der Leiter der Salzburger Sportmedizin, ist auch ein vielseitiger Sportler. Taekwon-Do gehört zu seinen bevorzugten Hobbys – das weiß auch Salzburgs Nummer 1, Edines Kurtovic, zu schätzen.