**Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin | Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg |**

**Sportmedizin des Olympiazentrums Salzburg-Rif:**

**35 Jahre Spitzensport- und Rehamedizin**

**Das Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität, Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg, bietet seit 35 Jahren individuelle Untersuchung, Beratung und Betreuung sowohl für Freizeit- und Gesundheitssportler als auch für Weltmeister und Olympiasieger an**.

Als Gesprächspartner stehen Ihnen zur Verfügung:

**DI Burkhard van der Vorst** SALK Geschäftsführer

**Prim. Univ.-Prof. DDr. Josef Niebauer, MBA**  Vorstand, Universitätsinstitut für

präventive und rehabilitative Sportmedizin der PMU; Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg; Sportmedizin des Olympiazentrums Salzburg-Rif;

### SA | LK – Salzburger Landeskliniken

Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin

Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg | Sportmedizin des Olympiazentrums Salzburg-Rif

Lindhofstraße 20, A - 5020 Salzburg

Telefon: 0043 (0)662 - 4482 – 4270; Telefax: 0043 (0)662 - 4482 - 4274

[sportmedizin@salk.at](mailto:sportmedizin@salk.at) | [www.salk.at/sportmedizin](file:///\\SMB-User-mm.lksdom21.lks.local\mm-Daten\SALK\Öffentlichkeitsarbeit\Pressekonferenzen%20versch.Themen\2010\Sportmedizin%20Reha\Finaler%20Text\www.salk.at\sportmedizin)

|  |  |
| --- | --- |
| Das Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität, Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg, bietet seit 35 Jahren individuelle Untersuchung, Beratung und Betreuung sowohl für ****Freizeit- und Gesundheitssportler**** als auch für ****Weltmeister und Olympiasieger an****. Unzählige Sportler/-innen des [ASKÖ](http://www.salk.at/3929.html), [ASVÖ](http://www.salk.at/3929.html) und der [Sportunion](http://www.salk.at/3929.html), des [ÖSV, ÖFB, Red Bull](http://www.salk.at/3929.html), sowie zahlreiche unabhängige [Vereine und Verbände](http://www.salk.at/3929.html%20) schenken diesem erfahrenen Team aus Sportmedizinern, Internisten, Kardiologen, Allgemeinmedizinern, Orthopäden, Physiotherapeuten, Psychologen und Sportwissenschaftlern ihr Vertrauen. Darüber hinaus kommen auch Studenten des Fachbereichs für Sportwissenschaften der Paris-Lodron Universität Salzburg, Schüler von Schulen mit sportlichem Schwerpunkt (z.B. Schulsport-modell Salzburg SSM, BORG, BURG, HIB Saalfelden, Skihauptschule Bad Gastein, u.a.) sowie Schüler von Sportklassenzügen aus anderen Schultypen an das Institut für sportmedizinische Untersuchungen und Leistungsdiagnostik. Auch werden Athleten des Behinderten-Sportverbandes, speziell die Rollstuhlsportler, regelmäßig untersucht. Weiters werden Tauglichkeitsuntersuchungen für Sport- und Rettungstaucher, sowie Träger schwerer Atemschutzgeräte bei der Feuerwehr durchgeführt. Seit 2009 ist das Institut auch für die sportmedizinische Betreuung des [Olympiazentrums Salzburg-Rif](http://www.salk.at/6890.html) , und somit für zahlreiche Salzburger Top-Athleten zuständig.  Dadurch dass ALLE Sportinteressierte vom Hobbysportler bis zum Olympiasieger Zugang zur sportmedizinischen Untersuchung erhalten, wollen wir erreichen, dass Sportbegeisterte durch eine umfassende sportmedizinische Untersuchung gesund und lebenslang ihren Sport betreiben können. Dabei sehen wir die sportmedizinische Untersuchung als die erweiterte und sportspezifische Vorsorgeuntersuchung des Sportlers!  **Rückblick:** Am 1. Juni 1977 wurde der Betrieb im Institut für Sportmedizin, einer eigenständigen Krankenanstalt des Landes Salzburg, aufgenommen. Als die medizinische Ausstattung vollständig war erfolgten die ersten Untersuchungen 13. Juli 1977. Die offizielle Eröffnung fand am 22. September 1977 durch Landeshauptmann Dr. Wilfried Haslauer im Beisein von LH-Stv. Dr. Herbert Moritz, dem damals für den Sport zuständigem Mitglied der Landesregierung, statt. Im Oktober 2003 wurde das Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg von der neu gegründeten Paracelsus Medizinischen Privatuniversität (PMU) analog zu den Ernennungen der Abteilungen der Landeskliniken zu Universitätskliniken zu ihrem „Institut für präventive und rehabilitative Sportmedizin“ bestellt. In 2004 ging HR Univ.-Prof. Dr. Alfred Aigner in den Ruhestand und übernahm zum 1. Juni 2005 Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA die Leitung des Instituts.  **Heute: Breiten-, Gesundheitssport und Lebensstilintervention** Körperliche Bewegung ist ein wesentlicher Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Körperliche Gesundheit ist hierfür eine wichtige Voraussetzung. Nach einer langen Trainingspause ist es sehr empfehlenswert sich vor Beginn des Trainings sportmedizinisch untersuchen zu lassen. Dadurch erhält man eine individuelle Beurteilung des aktuellen Gesundheitszustands und der Sporttauglichkeit. Im Gespräch wird eine Empfehlung bzgl. der geeigneten Sportart bzw. passender Trainingsprogrammen beraten. Es ist das Ziel |  |
| Sportinteressierte, die sich durch regelmäßigen Sport körperlich fit halten möchten oder dies bereits tun, dabei zu unterstützen, da neben mehr Lebensfreude und Lebensqualität so auch Zivilisationskrankheiten wie Herzkreislauferkrankungen, Diabetes, Bluthochdruck, und Übergewicht aktive vorgebeugt bzw. verhindert werden kann.  **Sport als Medikament und Therapie** Durch eine sportmedizinische Untersuchung und die anschließende Beratung wird individuell eine passende Sportart identifiziert und die „Dosierung“ (Trainingsintensität) festgelegt. Mit gezielter und ausführlicher Diagnostik, wie Herzultraschall, Blutdruckmessungen in Ruhe und unter Belastung, sowie Blutzuckerbestimmungen und umfangreiche Fettstoffwechseldiagnostik können, je nach Bedarf, kardiovaskuläre Risikofaktoren abgeklärt werden. Mittels Belastungsuntersuchung mit EKG-Ableitung können mögliche Durchblutungsstörungen des Herzmuskels nachgewiesen bzw. ausgeschlossen werden. Dabei wird gleichzeitig das Blutdruckverhalten unter Belastung ermittelt und eine individuelle und optimale Trainingsherzfrequenz festgelegt.  **Ambulante kardiologische Rehabilitation Patienten mit Herzerkrankungen** wie z.B. einem Herzinfarkt oder einer Herzoperation, aber auch Hochrisikopatienten wie **Typ 2 Diabetiker** oder **chronisch Lungenerkrankte** können an unserer [ambulanten kardiologischen Rehabilitation](http://www.salk.at/3863.html) teilnehmen. Sobald diese nach Antragstellung von den Kranken- und Pensionsversicherern bewilligt wird, werden die Kosten ohne Selbstbehalt übernommen.  **Nach dem Krankenhausaufenthalt – Phase II** Nach der stationären Entlassung steht den Patienten ein interdisziplinäres Team wohnortnah und berufsbegleitend für eine Dauer von ca. 6 Wochen zur Seite. Das Team aus Ärzten, Psychologen, Physiotherapeuten, Diätologin, Sportwissenschaftern und Sozialarbeiter unterstützt die Patienten bei der steten Verbesserung und Steigerung ihrer Bewegungs- und Belastungsfähigkeit.  **Nach der ambulanten bzw. stationären Phase II - die Phase III** Nach der stationären bzw. abgeschlossenen ambulanten Rehabilitation der Phase II folgt für die Dauer von 6-12 Monaten die Phase III. Durch gezielte körperliche Bewegung, Umstellung der Ernährung sowie besserem Umgang mit Stress wird Schritt für Schritt der Weg in ein neues genussvolles und gesundes Leben sowie die Rückkehr auch in den beruflichen Alltag geebnet.  **Leistungs- und Hochleistungssport** Durch klinische und apparative Untersuchungen wird der Gesundheitszustand, die Sporttauglichkeit und das körperliche Leistungsvermögen beurteilt. Dies stellt eine unabdingbare Voraussetzung für eine verantwortungsbewusste Ausübung von Leistungssport dar und beugt etwaigen Gefahren und Spätfolgen vor. Durch eine gründliche sportspezifische Untersuchung kann die Eignung der Athleten individuell festgestellt und gesundheitliche Risiken, sowie organische und körperliche Funktionsstörungen frühzeitig erkannt und vermieden werden. Grundlage der Evaluation der körperlichen Leistungsfähigkeit ist das Belastungs-EKG, welches sportartspezifisch (Fahrrad-, Laufband-, Ruder-, Handkurbel-, Rollstuhl-Ergometer) durchgeführt wird. Aus den hierbei gewonnenen Daten kann eine genaue trainingsmethodische Planung in Zusammenarbeit mit den zuständigen Trainern erfolgen und eine Vorhersage bezüglich der individuellen Leistungsentwicklung erstellt werden. In Ergänzung dazu können Feld-Tests am Ort des Trainings oder Wettkampfes durchgeführt werden. Die aus den Untersuchungen gewonnenen Ergebnisse fließen in die begleitende trainingsmethodische Forschung ein und helfen so, die unmittelbare Sportlerbetreuung auf dem aktuellen Stand zu halten. |  |
| Bestandteile der sportmedizinischen Untersuchung am Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität:   * **Körperliche Untersuchung** * **Körperfett-Bestimmung** * **Body-Mass-Index** * **Sehtest** * **Labor von Blut und Harn** * **Ruhe-EKG:** Erkennung von Störungen des Herzrhythmus, der Erregungsausbreitung und –leitung, der Herzwandverdickung, eines Herzinfarktes, etc. * **Belastungs-EKG:** Fahrrad-, Laufband-, Ruder-, Rollstuhl-, Handkurbelergometer – zur Beurteilung der Leistungsfähigkeit, der Belastbarkeit, von Durchblutungsstörungen, etc. * **Langzeit Blutdruckmessung und Langzeit-EKG:** * Sollten bei der Ergometrie Auffälligkeiten im EKG oder im Blutdruckverhalten aufscheinen oder im Alltag bzw. beim Sport Unregelmäßigkeiten bemerkt werden, so können mittels 24h-Blutdruckuntersuchung bzw. 24h-Langzeit-EKG-Aufzeichnung mögliche Ursachen aufgedeckt werden. * **Spiroergometrie:** Ermittlung des Trainingszustandes und der Ausdauer-Leistungsfähigkeit durch zeitgleichen Belastungstest und Lungenfunktionstest * **Lactatdiagnostik:** Milchsäurebestimmung - Bestimmung des Trainingszustandes und der Leistungsfähigkeit, Ermittlung der aeroben und anaeroben Schwelle * **Spirometrie:** Lungenfunktionstest – z.B. Erkennen von Asthma * **Herzultraschalluntersuchung:** Echokardiografie – zur Bestimmung und Beurteilung von Größe, Struktur und Funktion des Herzens, einschließlich der Herzklappen * **Ultraschall der Halsschlagadern:** Carotis-Sonografie – zur Beurteilung des Risikos für Gefäßerkrankungen * **Muskelfunktionstest** * **Sportspezifische Ernährungsberatung** * **Feldtests:** sportartspezifische Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung * **Trainings- und Wettkampfberatung auch für Freizeit- und Breitensportler** * **Lebensstilberatung und –intervention**   **Behindertensport**  In den vergangenen Jahren hat im Bereich des Leistungssports auch die sportmedizinische Betreuung von behinderten Athleten, insbesondere in Ausdauersportarten, an Bedeutung gewonnen. Das Augenmerk der Betreuung richtet sich dabei nicht mehr vorrangig auf die Erkennung und Behandlung klinischer Erkrankungen und Überforderungszustände, sondern auf die Erhebung trainingsrelevanter Daten. Neben der Funktionserhaltung ist die Sportmedizin bestrebt zur Optimierung der Leistungsfähigkeit und zur Verbesserung der Wettkampfresultate beizutragen.  **Olympiazentrum**  Professionellen Leistungssport auf höchstem Niveau zu betreiben, stellt größte Anforderungen an die Athleten dar. Das Land Salzburg und die Universität Salzburg haben sich zum Ziel gesetzt, ihr Wissen und ihre Erfahrungen dem Leistungssport zu widmen und gemeinsam mit den Sportlern und ihren Verbänden dieses Wissen auf der Basis neuester Erkenntnisse im Sinne des Erfolges weiter zu entwickeln.  Unser Institut hat am Olympiazentrum Salzburg-Rif die sportmedizinische Betreuung der Athleten übernommen und stellt hierfür sein ganzes Wissen und seine ganze Erfahrung zur Verfügung, um den Athleten zum gewünschten und vergönnten Erfolg zu helfen. Auch hierbei steht die Gesundheit des Athleten im Vordergrund. |  |
| Bestandteile der sportmedizinischen Untersuchung am Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität:  **Wissenschaft und Forschung**  Am Institut werden zahlreiche Studien im Bereich des Breiten-, Gesundheits- und Leistungssport durchgeführt. Auch haben sich zwischenzeitlich zahlreiche Studenten im Rahmen dieser Projekte zum Dr.med.univ. promoviert. Die Ergebnisse konnten wiederholt auf nationalen und internationalen Kongressen, sowie in hochkarätigen Fachzeitschriften publiziert werden (Publikationen). Desweiteren wurden Mitarbeiter des Instituts national und international ausgezeichnet:  2006: Univ.-Prof. Dr. Dr. Niebauer, MBA: Best Abstract, Österreichische Kardiologische Gesellschaft, Finalist  2007: Univ.-Prof. Dr. Dr. Niebauer, MBA: 1. Preis der österreichischen Sportwirtschaft  2008: Univ.-Prof. Dr. Dr. Niebauer, MBA: M.L. Pollock Established Investigator Award;  American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitiation  2009: Dr. Niederseer: 1. Preis, Young Investigator Award, European Society of Cardiology  2009: Dr. Niederseer: 3. Posterpreis, Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention  2010: Dr. Niederseer: Young Investigator Award, International Congress on Science and Skiing  2011: Dr. Niederseer: 3. Posterpreis, Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention  2012: Univ.-Prof. Dr. Dr. Niebauer, MBA: 2. Posterpreis, Dreiländerkongress kardiologische Rehabilitation  2012: Mag. Tschentscher: 3. Posterpreis, Dreiländerkongress kardiologische Rehabilitation  **Forschungsinstitut für molekulare Sport- und Rehabilitationsmedizin**  Durch die Etablierung des Forschungsinstituts für molekulare Sport- und Rehabilitationsmedizin soll ein modernes und überregionales Forschungszentrum für Breiten- bis Hochleistungssportler, aber auch für Patienten geschaffen werden. Dabei soll durch wissenschaftliche Begleitung eine weitere Qualitätssteigerung der ambulanten Rehabilitation und eine maßgeschneiderte Trainingstherapie erfolgen. Hierbei gewonnene Erkenntnisse werden auch den Sportlern zu Gute kommen. Gemeinsam mit dem Fachbereich für Sportwissenschaften der Universität Salzburg, dem Christian-Doppler-Labor und dem Olympiazentrum werden bestehende Kooperationen durch neue Leistungsangebote zum Nutzen der Sportler intensiviert und ausgebaut werden.  Im Rahmen eines EU-Projekts wird ein Bewegungsangebot für Nachtschichtarbeiter geschaffen und die wissenschaftliche Grundlage des Trainings erforscht. |  |