

Kooperation von Athleticum und DOSB

Gesund und fit für Olympia

Seit 2015 ist das UKE Athleticum Sportmedizinisches Untersuchungszentrum des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Alle Bundeskadersportler können hier ihre Grunduntersuchung absolvieren, um fit in die Olympiade zu starten.

Dr. Julia Schmidt (r.) betreut Kadersportler wie Janne Meyer

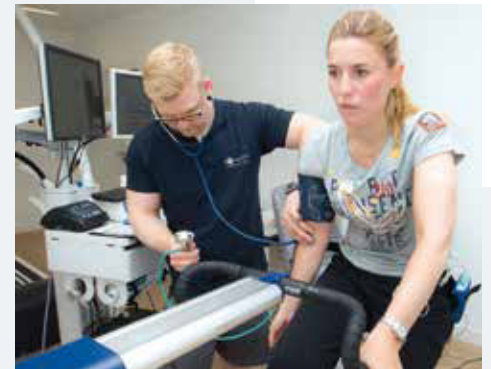
Eigentlich verbringt Springreiterin Janne Friederike Meyer täglich sechs Stunden auf dem Pferd. Heute schwingt sich die vierfache Deutsche Meisterin im UKE Athleticum in den Sattel eines Fahrradergometers, um die Belastbarkeit ihres Herzens zu testen. Die Übung gehört zu einer Reihe von Untersuchungen, die der DOSB Bundeskadersportlern einmal jährlich vorschreibt. „Unser Körper ist unser Kapital. Daher ist der Gesundheitscheck für Profisportler so wichtig, um Probleme frühzeitig aufzuspüren“, sagt Meyer, die seit ihrem fünften Lebensjahr reitet. Drei Stunden lang lässt sich die 35-Jährige von Kopf bis Fuß durchchecken. Sie wird unter anderem orthopädisch untersucht, gemessen und gewogen, unterzieht sich einem Lungenfunktionstest und erhält einen Herzultraschall. „Die Untersuchungsinhalte sind der Belastungsintensität des jeweiligen Sports angepasst“, erklärt Dr. Julia Schmidt, Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie im UKE Athleticum. So werde sichergestellt, dass auf typische Verletzungen oder Verschleißerscheinungen, die mit einer bestimmten Sportart einhergehen, geachtet wird.

Neben den A-, B- und C-Kadern aller Disziplinen integriert das Athleticum im Rahmen der DOSB-Kooperation auch den Deutschen Behindertensportbund (DBS) und bietet Paraathleten medizinische Grunduntersuchungen an. „Um eine aussagekräftige Leistungsdiagnostik bei Sportlern mit Einschränkungen durchzuführen, haben wir ein spezielles Handergometer angeschafft“, sagt Dr. Schmidt. Auch die Innenausrüstung von Aufzügen über sanitäre An-



Ihr Körper ist ihr Kapital: Als Profireiterin hat Janne Meyer ihre Gesundheit stets im Blick

Auf dem Ergometer wird die Belastbarkeit ihres Herzens geprüft



Prof. Dr. Karsten Sydow (UHZ) erläutert die Ergebnisse des Herzultraschalls





lagen bis zur Flurbreite ist behindertengerecht gestaltet. Seither waren bereits Rollstuhl-Fechter, Para-Reiter und -Basketballer zur Belastungsuntersuchung im Athleticum.

Prävention ist Trumpf

Um seinen Sport möglichst lange und gesund ausüben zu können, kommt es auf das richtige Training an. Auch dafür sensibilisieren die Ärzte Athleten im Rahmen der Grunduntersuchungen. „Nur wer gezielt Muskeln aufbaut, beugt Verschleißerscheinungen durch einseitige Belastungen vor“, erläutert Dr. Schmidt. Dies sei besonders in der Reiterei ein

Problem, wo sich die Einheiten stark auf das Pferd konzentrierten. Damit Reiter zukünftig sicherer im Sattel sitzen, hat Dr. Schmidt im Athleticum eine Spezialsprechstunde ins Leben gerufen, in der sie akute und chronische Sportverletzungen behandelt, aber auch individuelle Bewegungstherapien für Reiter anbietet. „Bei uns sind Diagnostik, Physiotherapie und sportwissenschaftliche Leistungstherapie unter einem Dach, wodurch wir eine optimale Rundumversorgung anbieten können“, sagt Dr. Schmidt. Wie wichtig es ist, neben der Hauptsportart eine ausgleichende Aktivität auszuüben, weiß auch Janne Meyer. „Seit einem Bandscheibenvorfall vor zwei Jahren mache ich täglich kräftigende Übungen, um die Bauchmuskulatur zu stärken und damit den Rücken zu entlasten“, erklärt sie. Die neue Spezialsprechstunde im Athleticum sei eine wichtige Anlaufstelle für Reiter, um bei gesundheitlichen Problemen fachkundige Hilfe einzuholen.

Den Untersuchungsmarathon im Athleticum hat Janne Meyer erfolgreich bestanden. Jetzt trainiert sie wieder auf dem Pferderücken, um sich ihren Traum zu erfüllen: einmal bei Olympischen Sommerspielen mit ihrem Pferd an den Start zu gehen.



Janne Meyer auf dem sprungstarken Wallach Goja, hier beim Derby in Hamburg 2015