

## **Triathlon Nachwuchs - Ärztliche Untersuchung zur Sporttauglichkeit**

Im Vorfeld des Triathlon Nachwuchscups muss von jedem Athleten, der an den Start gehen will ein ärztliches Attest über die Sportgesundheit bzw. Sporttauglichkeit vorliegen. Eine solche Untersuchung kann in der Regel jeder Arzt durchführen, sie muss also nicht zwingend von einem Sportmediziner vorgenommen werden. Am besten bespricht man die Durchführung der „Sporttauglichkeitsuntersuchung“ mit dem Hausarzt. Ziel einer solchen Untersuchung ist es, eine körperliche Schädigung durch das Sporttreiben auszuschließen. Im Regelfall wird eine solche Untersuchung nicht von den Krankenkassen übernommen, da sie als „individuelle Gesundheitsleistung“ (iGeL) betrachtet wird und daher selbst bezahlt werden muss.

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit, werden nachfolgende Punkte bei einer Sporttauglichkeitsuntersuchung berücksichtigt:

### **Anamnese**

- Vorerkrankungen innere Organe / HKL, Haltungs- und Bewegungsapparat
- Aktuelle Beschwerden
- Lebensweise
- Allergien
- Medikation
- Sportanamnese

### **Körperliche Untersuchung**

- Allgemeinzustand
- Kopf, Hals, Sinnesorgane
- Herz, Lunge, Kreislauf
- Abdomen (Bauchorgane)
- Orientierender orthopädischer Status
- Orientierend Neurologie und Psychologie

Je nach individueller Einschätzung des untersuchenden Mediziners kommen dann für den Sportler nachfolgende bzw. weiterführende Gesundheitschecks in Frage:

### **Weiterführende Diagnostik**

- Anthropometrie
- Herz-Kreislauf-System (Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, Echokardiographie)
- Brustkorb, Lunge (Lungenfunktion: Lungenvolumen, Atemzugvolumen, Atemflussgeschwindigkeit)
- Labor / Kleines Blutbild (Leber-, Nieren- und Fettwerte)
- Urinstatus (Nieren, Harnwege)

Je nach Befund ggf. kann noch weitere Diagnostik notwendig werden.

\* Aus Gründen der Vereinfachung wird im Text die männliche Schreibform für beide Geschlechter verwendet.