Ein Leben für die Sportmedizin

Univ. Prof. mult. Dr. med. Dr. hc. mult. Wildor Hollmann – der Nestor der Sportmedizin feiert seinen 85. Geburtstag.

Wenn ein universelles Genie wie Wildor Hollmann sein 85. Lebensjahr vollendet – so geschehen am 30. Januar 2010 – dann gilt es, eine solche Vielzahl hervorragender Leistungen zu würdigen, dass es für jeden Laudator eine äußerst schwierige Aufgabe ist, die wesentlichen Facetten aufzugreifen und angemessen darzustellen.

Dennoch gibt es einige markante „Meilensteine" in seinem bewegten Leben, die an dieser Stelle dargestellt werden sollten.

Geboren in Menden im Sauerland, verbrachte er dort Kindheit und Schulzeit. Aus vier Jahren Kriegsdienst und Gefangenschaft zurückgekehrt, begann er im Sommersemester 1947 das Studium der Humanmedizin an der Universität Köln. 1949 Beginn seiner medizinischen Doktorarbeit im Bereich der Spiroergometrie mit experimenteller Forschung. Nach der Promotion 1954 habilitierte er sich 1961 für das Fach Sportmedizin der Medizinischen Universitätsklinik Köln und erhielt 1964 den Ruf auf einen Lehrstuhl für Kardiologie und Sportmedizin an der Deutschen Sporthochschule Köln, dem er 1965 folgte. Bereits 1958 gründete er das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, welches die Medizinische Universitätsklinik Köln mit der Deutschen Sporthochschule Köln verband. Im Mittelpunkt seiner Arbeit stand die Bedeutung von körperlicher Aktivität und Inaktivität für Gesundheitserhaltung und Leistungsförderung vom Kindes- bis zum Seniorenalter – also Präventivmedizin bei gesunden aber auch kranken Menschen.

14 Jahre diente er der Deutschen Sporthochschule Köln als Rektor, Prorektor und Dekan des medizinisch-naturwissenschaftlichen Fachbereichs; als Rektor gelang die Durchsetzung der Anerkennung der Sporthochschule als eigenständige wissenschaftliche Hochschule mit Promotions- und Habilitationsrecht, verbunden mit einem großzügigem Ausbau der Sporthochschule. 1984 übernahm er bis 1998 die Präsidentschaft des Deutschen Sportärztebundes (Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention), von 1986 bis 1994 die Präsidentschaft des Weltverbandes für Sportmedizin (Fédération Internationale de Médecine du Sport FIMS / International Federation of Sports Medicine). Beide Gesellschaften ernannten ihn zum Ehrenpräsidenten.

Seine praktische sportmedizinische Tätigkeit umfasste unter anderem

- 1958–1978 Internistischer Arzt der deutschen Fußball-Nationalmannschaft
- 1959–1963 Arzt der deutschen Golf-Nationalmannschaft
- 1964–1971 Arzt der deutschen Hockey-Nationalmannschaft

1990 erfolgte die Emeritierung unter Beibehaltung der Forschungs- und Lehrtätigkeit. In Verbindung mit dem Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Köln und der Forschungsanlage in Jülich führte er zahlreiche experimentelle Untersuchungen über Gehirn und Geist in Verbindung mit körperlicher Aktivität durch. Im Zuge seiner gesamten Forschungstätigkeit entstanden über 1000 Diplomarbeiten und mehr als 200 Promotionsarbeiten. Er selbst verfasste zahlreiche Bücher und mehr als 800 Publikationen. Seine wichtigste Monographie, das Buch „Sportmedizin – Grundlagen für körperliche Aktivität, Training und Präventivmedizin" ist ein Standardwerk der Sportmedizin.

Darüber hinaus übte Hollmann eine Reihe weiterer herausragender ehrenamtlicher Tätigkeiten aus:

- 1955–1989 Mitglied der wissenschaftlichen Kommission der kassenärztlichen Bundesvereinigung Deutschland
- 1960–1998 Chefredakteur der „Deutschen Zeitschrift für Sportmedizin"
- 1969–1994 Mitglied des wissenschaftlichen Beirats der deutschen Bundesärztekammer
- 1971–1995 Mitglied des wissenschaftlichen Beirats des Verteidigungsministeriums
- 1973–1976 Mitglied der Bundeskommission für medizinische Prüfungsfragen
- 1994–1997 Präsident der Deutschen Olympischen Gesellschaft

Wildor Hollmanns unermüdliches Engagement wurde durch eine Fülle an renommierten Auszeichnung und Preisen gewürdigt: zwischen 1959 und 2008 erhielt er über 20 Forschungsauszeichnungen. Dazu kommen sechs staatliche Auszeichnungen, beispielsweise stiftete 2008 die Landesregierung von NRW einen jährlich einmal zu vergebenen Forschungspreis für Sportwissenschaften und benannte ihn nach Wildor Hollmann.

Professor Hollmann bei der Präsentation seines Buches „Geschichte der deutschen Sportmedizin" während des Sportärztekongresses in Ulm im letzten September.

FOTO: B. Gruß

Neben all diesen Verdiensten und seiner auch heute noch herausragenden wissenschaftlichen Schaffenskraft imponierte Wildor Hollmann vor allem aber zeitlebens durch seine große Menschlichkeit und Souveränität, mit der er die Menschen immer wieder in seinen Bann zieht. Die Deutsche und internationale Sportmedizin verneigen sich vor dieser überragenden Lebensleistung.

Prof. Dr. med. Hans-Georg Predel, Köln
Prof. Dr. med. Wilhelm Bloch, Köln

Vorschläge einreichen

EU-Gesundheitsprogramm vergibt Fördermittel

Zu Jahresbeginn hat die Europäische Kommission einen Aufruf zum Einreichen von Projektvorschlägen im Gesundheitssektor veröffentlicht. Im Rahmen dessen sollen Projekte finanziert, Betriebskostenzuschüsse gewährt sowie Konferenzen und länderübergreifende Gemeinschaftsaktionen unterstützt werden.

Der Projektaufruf erfolgt im Rahmen des von 2008–2013 angelegten EU-Gesundheitsprogramms, das folgende Zielsetzungen hat: Verbesserung des Gesundheitsschutzes der EU-Bürgerinnen und Bürger, Gesundheitsförderung und Verminderung von Ungleichheiten in der Gesundheitsversorgung, Verbreitung von Wissen in Gesundheitsfragen.

Die Einreichungsfrist endet am 19. März 2010, weitere Informationen im Internet unter ***http://ec.europa.eu/eahc/health/health.html***

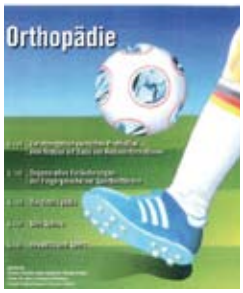
Vielen Dank!

DZSM verabschiedet Titelillustrator Tinos Otto.

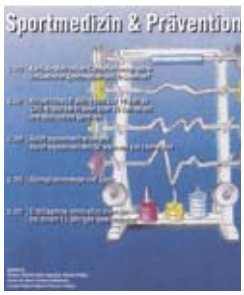
Januar 2008

Februar 2008

September 2008



Juni 2009



September 2009

Die Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin (DZSM) bedankt sich bei Herrn Tinos Otto für die langjährige gute Zusammenarbeit, die zu Jahresbeginn endete.

Herr Otto kam auf Initiative von Prof. Horst de Marées und Dr. Dr. Mück gleichzeitig mit Frau Dr. Urte Künstlinger, die 1990 die Redaktion übernahm, zu unserer Zeitschrift und gestaltete als freiberuflicher Grafiker das Titelbild in den letzten 19 Jahren.

Mit seinen Entwürfen sorgte er in der Redaktion jeden Monat aufs Neue für Überraschungen und verlieh der Zeitschrift in seiner bilderreichen Formsprache ein unverwechselbares Gesicht. Indem er die Themen der jeweiligen Ausgabe auf das Titelbild bannte, trug er auf gelungene Weise zur Auflockerung der medizinischen Inhalte bei.

Die DZSM hat mit der ersten Ausgabe im neuen Jahr ihr Format verändert – letztendlich ein Wandel, der in der heutigen Zeit nach einer gewissen Zeit vollzogen werden muss. Aus diesem und aus finanziellen Gründen müssen wir uns mit großem Bedauern von Herrn Otto verabschieden.

Der Vorstand des Vereins zur Förderung der Sportmedizin, die Schriftleitung und die Redaktion der Deutschen Zeitschrift für Sportmedizin, sowie der Süddeutsche Verlag wünschen ihm für die Zukunft alles Gute.

Zum Abschied möchten wir einige seiner schönsten Titelbilder und die wichtigsten Stationen in seinem Werdegang präsentieren: Herr Otto wurde 1962 in Mannheim geboren. Ab 1979 übernahm er erste künstlerische Aufträge für städtische Einrichtungen (Grundsteinrelief Gemeindezentrum Karlsruhe). 1980 erfolgten erste Ausstellungen in regionalen Einrichtungen. Sein Studium schloss Tinos Otto 1988 als Diplom Grafik-Designer an der FH Darmstadt ab und ist seit 1990 für verschiedene Verlage und Zeitschriften freiberuflich tätig.

Prof. Dr. Dieter Böning, Prof. Dr. Jürgen Steinacker, Sophie Fleischer, Dr. Gisa Falkowski und Burkhard Gruß

Anzeige

Nordisches Vergnügen

Skilanglauf ist ein hervorragendes Herzkreislauftraining mit großem Spaßfaktor – eine Reportage aus dem Kaiserwinkl.

Eigentlich ist Meike schuld. Denn die hatte keine Lust mehr aufs Snowboarden. Sie wollte nicht mehr am Lift in der Schlange stehen oder bei rasanten Abfahrten ständig Angst vor Kollisionen mit anderen Wintersportlern haben. Doch was bietet der Schnee jenseits des alpinen Ski- oder Snowboardsports für Alternativen? „Wie wär's denn mal mit Skilanglauf", waren ihre Worte. Okay, den Berg herunter fahren macht zwar unheimlich Spaß. Aber warum nicht auch mal in der Ebene Ski laufen - oder per Ski sogar kleinere Hügel hinauf laufen? Es sieht schließlich äußerst dynamisch aus, wenn sich Deutschlands Langlaufasse wie Axel Teichmann oder Peter Angerer in den Loipen oder auf den Skating-Pisten vorwärts bewegen.

Skilanglauf-Varianten Klassisch und Skating

Also einigen wir uns auf ein Skiwochenende im Kaiserwinkl *(www.kaiserwinkl.com)*. Nur knapp 100 Kilometer von München entfernt bietet die Region am Fuße des Zahmen Kaisers mit einem etwa 140 Kilometer langen Loipennetz ideale Bedingungen. Dazu gibt es in jedem der vier Kaiserwinkl-Orte Walchsee, Kössen, Schwendt und Rettenschöss nordische Skischulen mit Skiverleih. Wir entscheiden uns für das NordicCenter am Langlaufzentrum in Kössen. Hier erteilt uns Skilehrer Markus Weingartner erst einmal einen Dämpfer. Eigentlich wollte ich gleich mit der Skilanglauf-Variante Skating beginnen. Die ist um etwa 20 Prozent schneller als der klassische Stil. Aber Markus – beim Skikurs wird sich grundsätzlich geduzt – überreicht uns erst einmal eine klassische Ausrüstung. „Mit dem Skating sollte man erst beginnen, wenn man den klassischen Stil einigermaßen im Griff hat", belehrt er uns. Wir merken schnell, dass Markus Recht hat. Denn die Ski sind um einiges schmaler als die alpinen Bretter. Einige Gleichgewichtsübungen später haben wir uns jedoch schnell angefreundet mit den dünnen Latten. Und richtig Spaß kommt auf, wenn man die ersten Meter mit Beinabdruck und Unterstützung der Arme samt Skistöcken durch die Loipe gleitet. Selbstverständlich dürfen die ersten

FOTOS: www.kaiserwinkl.com (1); www.hannig-design.de (2)

Bremsübungen nicht fehlen. Einfach einen Ski aus der Loipe nehmen, leicht schräg stellen und aufkanten. Funktioniert kaum anders als der Pflug beim alpinen Skifahren. Nur dass es beim nordischen Ski keine Stahl-Kanten gibt. „Die sind verboten, weil die Verletzungsgefahr zu groß ist“, erklärt uns Markus.

Gleichgewichtsübungen ohne Stöcke

Die klassische Technik haben wir recht schnell einigermaßen im Griff, dafür bekommen wir von unserem Skilehrer eine Belohnung. In einer halben Stunde kämen zwei Holländer für einen Skating-Kurs. Wenn wir wollten, könnten wir mitmachen. Das lassen sich Meike und ich nicht zwei Mal sagen. Also wieder ab ins NordicCenter zum Materialwechsel. Denn die beiden Techniken verlangen unterschiedliche Ski, Bindungen, Stöcke und Schuhe. Mit frischem Tatendrang und neuer Ausrüstung geht’s zurück ins Langlaufzentrum. Dort treffen wir Eric und John. Sie sind gestern Mittag von Amsterdam nach München geflogen und dann per Mietwagen weiter nach Kössen gefahren. Schon morgen Abend reisen sie auf dem gleichen Weg wieder zurück nach Holland. „Für die 1000 Kilometer Anreise brauchen wir nur etwa dreieinhalb Stunden, das lohnt sich auch für ein Wochenende“, überrascht uns Eric.

Genug geplaudert, wir absolvieren wieder Gleichgewichtsübungen. Dieses Mal nicht beim parallel Laufen in der gespurten Loipe, sondern beim schräg nach vorne Gleiten auf der flachen Skating-Piste. Am Anfang alles ohne Skistöcke, nur ohne die „Stützhilfe“ bekommen wir ein Gefühl fürs Gleiten auf einem Bein. Denn beim Skating ist immer ein Bein in der Luft. Gar nicht so einfach, aber mit einigen Tricks bringt Markus uns die Technik des Schlittschuhschritts schnell näher: rechten Ski schräg nach vorne aufsetzen, gleiten und von der Innenkante abstoßen. Dann den linken Ski schräg nach vorne aufsetzen, gleiten und von der Innenkante abstoßen. Dabei den Körperschwerpunkt möglichst auf das gleitende Bein legen. Als wir beim Abdruck die Stöcke wieder einsetzen, spüren sogar wir Anfänger, dass man beim Skaten schneller unterwegs ist als mit dem klassischen Stil.

Mit verkürzten Stöcken wird hier der Übergang von Abstoßen und Gleiten geübt.
Foto linke Seite: Grandioser Blick auf den Zahmen Kaiser, dessen höchster Gipfel ist der Vordere Kesselschneid (2002 m).

Jetzt verlassen wir endlich die Anfänger-Strecke im Skizentrum und mischen uns unter die Könner ins Loipennetz. Beim Skating gibt es verschiedene Techniken, wir beginnen wie alle Anfänger mit der 2:1-Technik: also zwei Beinabdrücke bei einem Stockeinsatz.

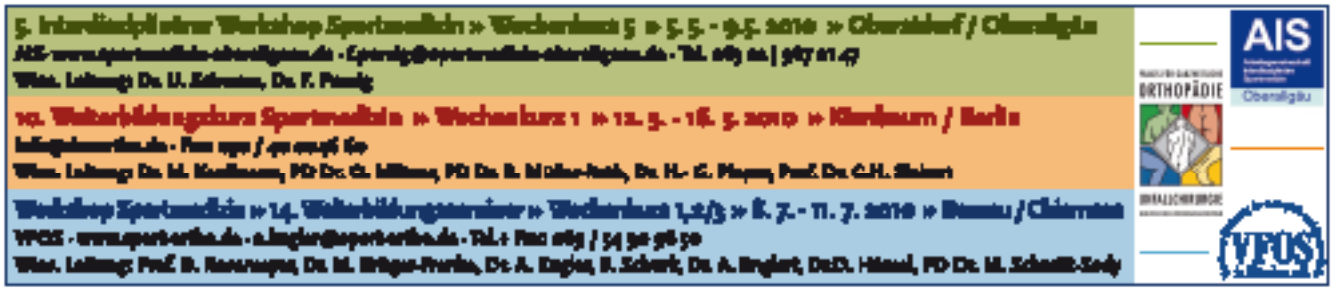
Herzkreislauf- und Muskeltraining

Auf diese Art und Weise werden auch Steigungen gelaufen. Die erste davon wartet kurz hinter dem Skizentrum auf uns. Ohne Probleme schaffen wir den kleinen Hang. Sicherlich nicht so schnell wie die geübten Skilangläufer, die uns locker überholen. Und schon gar nicht so schnell wie Markus. „Aber sieht schon ganz gut aus, jetzt könnt ihr auch ohne mich weiterlaufen“, gibt’s zum Abschied Lob von unserem Skilehrer. Einige Kilometer später haben wir erst einmal genug geskatet für heute. Ich hätte nicht gedacht, dass mir das so viel Spaß machen würde. Nebenbei bietet der Sport nicht nur Freude an der Bewegung sondern ist auch ein tolles Herzkreislauftraining. Ganz zu schweigen vom positiven Effekt auf die Muskulatur: 90 Prozent der Muskeln sind beim Skilanglaufen in Aktion. Sieht ganz so aus, als werden Meike und ich demnächst öfter auf Skating-Pisten unterwegs sein.

Burkhard Gruß

Spätestens in der Steigung spüren Anfänger technische Defizite. Damit sich keine falschen Bewegungen einschleifen, sollten die ersten Schritte mit Skilehrer erfolgen.

Anzeige



AKTUELLES AUS DER INDUSTRIE

Akuttherapie mit Kälteschock-Gerät

Dr. med. Jürgen Fritz berichtet über seine Erfahrungen mit CRYOLIGHT® im Hochleistungssport.

In allen Hochleistungssportarten sind Verletzungen an der Tagesordnung. Dr. med. Jürgen Fritz, Teamarzt der WALTER Tigers Tübingen berichtet nachfolgend über eine neue Sofort-Therapieform direkt am Einsatzort des Geschehens. In der ersten Basketball-Bundesliga kommt es sowohl im Training als auch im Wettkampf nahezu täglich zu kleineren Verletzungen und Blessuren. Distorsionstraumen, Zerrungen, Prellungen und kleinere Platzwunden gehören genauso zum Alltag der Spieler wie der orange farbene Ball. Insbesondere unter Wettkampfbedingungen müssen die Spieler nach solchen kleineren Verletzungen möglichst sofort wieder schmerzfrei zurück auf das Spielfeld. Neben der reinen Schmerztherapie sollte dabei möglichst auch noch eine Schwellung des Verletzungsgebietes verhindert werden.

Jeder Physiotherapeut hat zu diesem Zweck mehrere Eisbeutel dabei; die wirken zwar, aber der Eintritt einer hinreichenden Schmerzlinderung kann mehrere Minuten dauern und ist zumeist wieder schnell verflogen, weil die Kälte ganz überwiegend nur die oberen Hautschichten erreicht. Kältespray hilft ebenfalls nur kurz und löst nicht selten Erfrierungen der oberen Hautschichten aus, die sich dann – ähnlich wie nach einer oberflächlichen Verbrennung – nach Tagen schrittweise ablösen. Tübingens WALTER Tigers können in diesen Situationen auf eine neue nachhaltige Sofort-Therapie zurückgreifen. Seit dieser Saison steht dem Bundesliga Team das mobile ELMAKO CRYOLIGHT® Kälteschock-Gerät zur Verfügung.

Aus den guten Erfahrungen der vergangenen Monate mit der Kälteschock Therapie im Winghofer Medicum in Rottenburg am Neckar, wo neben den Tigers noch viele andere Hochleistungssportler regelmäßig betreut werden, wurde rasch der Gedanke entwickelt, ein Kälteschock Gerät zu bauen, welches leicht zu transportieren ist und einen mobilen Einsatz am Spielfeldrand ermöglicht.

Durch die rasche Verfügbarkeit werden Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen sofort und effektiv gekühlt. Die schmerzlindernde Wirkung setzt innerhalb weniger Sekunden ein und hält sehr lange an. Insbesondere werden durch die sofortige Tiefenwirkung der Kälteschocktherapie nachhaltige Schwellungen des verletzten Gewebes

CRYOLIGHT® -Therapie am Spielfeldrand wegen eines Tractus iliotibialis Syndroms während eines Bundesligaspiels.

verhindert. Spieler sind nach einer solchen Verletzung oft innerhalb nur einer Minute Auszeit wieder spielbereit. Das überzeugt! Der Umgang mit dem ELMAKO CRYOLIGHT® Kälteschock-Gerät ist sehr einfach und sicher. Selbst unter engsten Verhältnissen am Spielfeldrand und unter Stress haben wir bis jetzt noch keine Erfrierung beobachtet.

Unsere ersten Erfahrungen mit dem ELMAKO CRYOLIGHT® sind so überzeugend, dass wir das Gerät jetzt auch in der Betreuung anderer Bundesliga Disziplinen mit ähnlichen Verletzungsmustern wie beim Basketball (Volleyball, Handball, etc.) verwenden.

News & Termine

10. APRIL, 10–12 UHR:
BDI-SYMPOSIUM (Arbeitskreis Sportmedizin) Sportmedizin – für die internistische Praxis unverzichtbar. Symposium im Rahmen des 116. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e.V.
in Wiesbaden, Rhein-Main-Hallen
Themen: Beurteilung der körperlich-kardiorespiratorischen Belastbarkeit/Leistungsfähigkeit von Kranken, gesunden Untrainierten und Sporttreibenden (P. E. Nowacki, Gießen); Prävention und Rehabilitation durch sportmedizinische Interventionen in der Arbeitswelt (M. Despeghel, Konstanz); Aktuelle Trends des Dopings im Leistungssport und die Spätfolge in der internistischen Praxis (C. Raschka, Hünfeld)
Internet: **www.dgim2010.de**

29. APRIL – 2. MAI
58. JAHRESTAGUNG der Vereinigung Süddeutscher Orthopäden e.V.
in Baden-Baden, Kongresshaus
Themen: Schmerztherapie und Komplementärmedizin; Arthrose (Diagnostik, konservative und operative Therapie); Änderungen in der Endoprothetik in den letzten 10 Jahren; Destruierende Erkrankungen der Wirbelsäule
Internet: **www.vso-ev.de**

19.–22. MAI:
XXXI FIMS Sports Medicine World Congress
in San Juan, Puerto Rico
mit Vorträgen von über 20 der anerkanntesten Sportmediziner aus Europa, Asien, Afrika, Nord- und Südamerika
Internet: **www.fimspr.org**

18.–20. JUNI:
25. JAHRESKONGRESS der GOTS
in München, Klinikum Großhadern
Themen: Arthrose und Sport; Schultergelenk im Sport; Neue Bildgebung; Revisionschirurgie und Navigation; Schweizer Nationalsportarten
Internet: **www.gots-kongress.org**

3.–10. JULI:
31. SPORTWELTSPIELE der Medizin und Gesundheit
in Porec, Kroatien
Erwartet werden über 2500 sportbegeisterte Mediziner und Ärzte aus mehr als 50 Ländern. Alle zugelassenen Hobbysportler können ihre Angehörigen mitbringen, die auch an den Start gehen dürfen, allerdings außer Konkurrenz. In rund 25 Einzel- und Mannschaftsdisziplinen, wovon die meisten in Altersklassen eingeteilt sind, werden die Sportweltspiele ausgetragen. Von Tennis und Golf über Leichtathletik und Schwimmen oder Segeln und Windsurfen bis hin zu Radrennen und Fußball reicht die Liste der Sportarten.
Internet: **www.sportweltspiele.de**

18.–21. JULI:
2. TEGERNSEER Schulter- und Ellenbogenkurs
in Wildbad Kreuth, Hanns Seidel Stiftung
Vorträge und Workshops in der Schulter- und Ellenbogenchirurgie (ASK und Prothetik): Rotatorenmanschette, Diagnostik, Prothese, Ellenbogen, Schulterinstabilität, Clavicula und Humeruskopffraktur
Internet: **www.tese-kurs.de**

4.–22. OKTOBER:
INTERNATIONAL E-CONFERENCE on Kinesiology and Integrated Physiology
Mission Statement: To provide access for scientists, researchers, and students in Kinesiology and Integrated Physiology to view and present emerging scientific research and engage in dialogue with others around the globe, unhindered by geographic constraints.
Objectives: Promote Kinesiology and Integrated Physiology world wide; Provide a platform for all scientists to disseminate their emerging research to investigators globally; Provide a platform for a global dialogue on emerging research in Kinesiology and Integrated Physiology
10 März: Abstract Submission Deadline
Internet: **kinesiology.econferenceintl.com**