

47. Deutscher Sportärztekongress der DGSP und DGPR: Gib dem Risiko keine Chance

*47th Congress of German Sports Medicine of DGSP and DGPR:
Don't Give Risk a Chance*

Prävention und Rehabilitation durch körperliche Aktivität stehen im Mittelpunkt des diesjährigen Sportärztekongresses in Frankfurt, der als gemeinsamer Kongress der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) und der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP) durchgeführt wird.

Prävention und Rehabilitation sind Querschnittsthemen, die sich über alle Bereiche der Medizin und darüber hinaus spannen. Diesem Umstand wird in besonderem Maß beim diesjährigen Gemeinschaftskongress Rechnung getragen. Die Bedeutung von körperlicher Aktivität für die Prävention, Rehabilitation aber auch Therapie von unterschiedlichen Erkrankungen steht im Mittelpunkt, ohne dass die Gesundheitsprävention beim Leistungs- und Breitensport vernachlässigt wird.

Fünf parallele Vortragsitzungen mit eingeladenen nationalen und internationalen Referenten bieten vor allem wissenschaftliche Beiträge mit überwiegender Praxisorientierung aus den verschiedenen Bereichen der internistischen und orthopädischen Bewegungs- und Sportmedizin sowie der Präventivmedizin. Dies wird durch zwei Sitzungsschienen ergänzt, in deren Rahmen wissenschaftliche Originalbeiträge mit neuen Forschungsergebnissen aus beiden Gesellschaften präsentiert werden. Darüber hinaus finden Workshops für Physiotherapeuten und Trainer statt. Damit wird nicht nur Medizinern sondern allen im Bereich der Bewegungs- und Sportmedizin Tätigen ein breites und interessantes Programm geboten, das den neuesten Stand im Bereich Prävention, Rehabilitation aber auch Therapie widerspiegelt.

In der von den Tagungspräsidenten zusammengestellten Sitzung „DGPR trifft DGSP“ stehen kardiologische Themen und Stoffwechselerkrankungen im Mittelpunkt. Für die Stoffwechselerkrankungen wird die Bedeutung von Bewegung aber auch von Ernährung thematisiert. Die kardiologischen Themen geben ein Update im Bereich der Sportkardiologie und beziehen sich vor allem auf das schwache Herz und Herzfehler.

Spezielle Themenfelder der Prävention und Rehabilitation werden in zwei weiteren Sitzungen fokussiert, dabei werden auch neue Erkenntnisse zur Schlafmedizin und Telemedizin präsentiert. Dass für die Prävention Physis und Psyche in engem Wechselspiel stehen wird im Rahmen von mehreren Vortragsitzungen besprochen. Die Sitzungsschiene „Move it: Leistungsphysiologie und Training“ über-

spannt in besonderer Weise das von der Sportmedizin abgedeckte Spektrum vom Gesundheitssport bis hin zum Leistungssport und behandelt Themen, die für die Prävention, Rehabilitation und Therapie von Bedeutung sind. So ist das Atemmuskeltraining in Bewegungstherapie und Leistungssport ein Themenschwerpunkt. Hier wird nicht nur die Frage beantwortet, warum Atemmuskeltraining wirkt, sondern auch besprochen, wie und warum Atemmuskeltraining bei Patienten und Leistungssportlern durchgeführt wird.

Im Leistungssport ist die Prävention ein wichtiges Thema, was nicht nur die Verletzungsprävention betrifft, die in den orthopädischen Sitzungsschienen behandelt wird, sondern auch die Infektionserkrankungen, die für den Leistungssportler erhebliche Probleme bereiten können. Die Infektionskrankheiten, wenn nicht vermeidbar, müssen adäquat behandelt werden. Erfahrene teambetreuende Sportmediziner stellen wissenschaftlich fundiert Probleme dar, wie das Management von Infektionen des oberen Respirationstraktes und das Management von parenteral/fäkal-oral übertragenen Infektionen sein sollte. Darüber hinaus wird der wissenschaftliche Stand zum Impfmanagement im Leistungssport thematisiert.

Ein ebenso den gesamten Bereich von Gesundheitssport bis zum Leistungssport überspannendes Thema ist der unspezifische Rückenschmerz. Unspezifische Rückenschmerzen treffen im Laufe des Lebens fast jeden, doch wie kann dem Auftreten entgegengewirkt werden? Hierzu werden Experten im Rahmen der Sitzung „Prävention von Rückenschmerzen im Sport“ Wege aufzeigen, wie durch gezielte körperliche Aktivität dem unspezifischen Rückenschmerz entgegengetreten werden kann. Dabei werden die Erkenntnisse eines vom Bundesinstitut für Sportwissenschaft geförderten multizentrischen Verbundprojekts einfließen. Die wichtigen psychosozialen Aspekte der Rückenschmerzgenese werden nicht vergessen.

Eine hohe Bedeutung der Prävention besteht auch im Bereich des Nachwuchsleistungssports, wo nicht nur häufig Rückenprobleme bei den Sportlern zu beobachten sind, sondern auch andere Gewebe, wie Knorpel und Sehnen geschädigt werden können. Dies wird im Rahmen einer Sitzung zu spezifischen gesundheitlichen Problemen des muskuloskeletalen Systems bei Nachwuchsleistungssportlern thematisiert. Sehnenprobleme sind nicht nur im Nachwuchsleistungssport zu finden, sondern häufig auch Ursache für die „Sportlerleiste“, die nicht nur im Fußball auftritt. Daher wird dieses Thema von in- und >



Prof. Dr. Wilhelm Bloch
Vorsitzender des
Wissenschaftsrats der
Deutschen Gesellschaft
für Sportmedizin und
Prävention e. V.



QR-Code scannen
und Artikel online
lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Prof. Dr. Wilhelm Bloch
Institut für Kreislaufforschung u. Sportme-
dizin, Deutsche Sporthochschule Köln
Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln
✉: W.Bloch@dshs-koeln.de

ausländischen Experten im Rahmen einer eigenen Sitzung besprochen. Einem weiteren Problem bei Sportlern wird in der Sitzung „Sportinduzierte Nervenläsionen und Überlastungsschäden“ Rechnung getragen, die unter anderem die Ultraschalldiagnostik bei peripheren Nervenläsionen thematisiert.

Der diesjährige Kongress geht nicht nur in diesen Sitzungen in besonderem Maß auf Verletzungen und Erkrankungen im Leistungssport ein, ohne auch in den mehr leistungssportorientierten Sitzungen den Gesundheits- und Breitensport zu vernachlässigen.

In allen Bereichen der Sportmedizin ist die Forderung nach mehr individualisierter Medizin gegenwärtig und dies unter dem Aspekt, dass eine zunehmende Zahl von physiologischen und biologischen Parametern immer einfacher erfasst werden kann und für die Messung und Steuerung von Belastung beim Leistungssportler aber auch beim Gesundheitssportler zur Verfügung steht. Der hohen Bedeutung dieses Bereichs wird in einer eigenen Sitzung Rechnung getragen. Dabei werden nicht nur neue Techniken zur Erfassung physiologischer und biologischer Parameter beleuchtet, sondern auch deren Bedeutung für die Trainingsanpassung.

Individualisierte Medizin spielt mittlerweile bei der Therapie praktisch aller chronischen Erkrankungen eine wesentliche Rolle. Daher kann der Bereich Bewegungs- und Sporttherapie, der einen immer größeren Stellenwert gewinnt, nicht ohne diesen Ansatz der Individualisierung von Bewegungs- und Sporttherapie auskommen. Dieser Aspekt wird in den Beiträgen einer Vortragsitzung „Bewegungstherapie im Fokus“ berücksichtigt. Mit zunehmendem mechanistischen Wissen zu den Effekten von Bewegungs- und Sporttherapie bei verschiedenen chronischen Erkrankungen werden die empirischen und epidemiologischen Erkenntnisse zur Wirkung von Bewegungs- und Sporttherapie erhärtet und die Steuerung der körperlichen Belastung optimiert und mehr und mehr individualisiert. Im Rahmen des Kongresses wird der aktuelle Stand der Bewegungstherapie bei drei chronischen Erkrankungen vorgestellt.

Dass Bewegung und Sport bei Krebserkrankungen nicht nur vorbeugend wirkt, sondern auch ein wichtiger unterstützender Baustein der Therapie sein kann, ist mittlerweile vielfach gezeigt. So können Rezidivwahrscheinlichkeit und Mortalität bei Krebserkrankungen zum Teil deutlich gesenkt und der allgemeine Gesundheitszustand und die Lebensqualität substantiell verbessert werden.

Ähnliches gilt auch für die chronisch obstruktiven Lungenerkrankungen (COPD). Bewegungs- und Sporttherapie sind mittlerweile ein fester Bestandteil in der begleitenden Therapie der COPD. Es muss jedoch bei beiden Erkrankungen

gefragt werden, wie der Patient belastet werden kann, um Risiken durch die Bewegungs- und Sporttherapie zu vermeiden und den größtmöglichen Effekt zu erzielen. Die Bedeutung der körperlichen Aktivität zur Prävention von neurodegenerativen Erkrankungen, insbesondere der Demenz, ist schon länger bekannt. Zunehmend wird jedoch auch deutlich, dass bei manifesten Demenzerkrankten ein therapeutischer Effekt durch Bewegungs- und Sporttherapie erzielt werden kann. Gerade hier sind jedoch die Anforderungen bei der praktischen Implementierung erheblich und müssen berücksichtigt werden. Die Effekte, die Bewegungs- und Sporttherapie hervorrufen, können jedoch nicht ohne die Skelettmuskulatur betrachtet werden, die nicht nur für die Bewegung verantwortlich ist, sondern darüber hinaus als ein eigenständiges „Organ“ mit hoher Bedeutung für die metabolische und hormonelle Steuerung des Organismus bezeichnet werden kann.

Im Altersgang nimmt nicht nur die Funktion der Muskulatur für die Bewegung ab, sondern die metabolische und hormonelle Regulation wird beeinträchtigt. Daher stellt sich die Frage, wie wir unsere Skelettmuskulatur am besten vor altersbedingten Funktionsverlusten schützen können. Dies mündet in der Frage, wie wir die Muskulatur jung halten und sie vor Sarkopenie schützen. Die Sitzung „Die Muskeln jung halten“ beschäftigt sich mit den Ursachen und Gegenmaßnahmen, wobei auch spezifische Maßnahmen wie die Elektromyostimulation kritisch besprochen werden.

Die Themenvielfalt spiegelt in umfassender Weise das sportmedizinische Spektrum in Prävention und Therapie in allen Bereichen des Sports wieder und gibt nicht nur dem wissenschaftlich orientierten Kollegen sondern auch den praktisch tätigen Kollegen wichtige Informationen. Neben diesen Einladungsschienen wird das Programm des Kongresses auch von den zahlreichen eingereichten Originalbeiträgen bestimmt.

Sie stellen einen Kernbereich eines wissenschaftlichen Kongresses dar. Um eine möglichst hohe Qualität bei diesen Beiträgen zu garantieren, wurden sie über ein strenges Begutachtungsverfahren ausgewählt, sodass gewährleistet ist, dass qualitativ gute Beiträge aus den verschiedenen Bereichen der Bewegungs- und Sportmedizin sowie der Präventivmedizin präsentiert werden. Auch in diesem Jahr spiegeln die Beiträge, die vor allem vom wissenschaftlichen Nachwuchs eingereicht wurden, das gesamte Spektrum der Bewegungs- und Sportmedizin wieder.

Der Gemeinschaftskongress der DGPR und der DGSP bietet in diesem Jahr ein besonders breites Spektrum an praxisrelevanten Themen, die zur Teilnahme am Kongress einladen sollten. ■