

Relativer Energiemangel im Sport (RED-S) – ein narratives Review und Perspektiven aus dem Vereinigten Königreich

Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S) – a Narrative Review and Perspectives from the UK

ACCEPTED: September 2020

PUBLISHED ONLINE: October 2020

Briggs C, James C, Kohlhardt S, Pandya T. Relative energy deficiency in sport (RED-S) – a narrative review and perspectives from the UK. *Dtsch Z Sportmed.* 2020; 71: 243-248. doi:10.5960/dzsm.2020.459

1. IMPERIAL COLLEGE HEALTHCARE NHS TRUST, London, UK
2. UNIVERSITY COLLEGE LONDON, *Institute of Sports, Exercise & Health*, London, UK
3. CARDIFF UNIVERSITY, *Medical School*, Cardiff, Wales, UK
4. CHESTERFIELD ROYAL HOSPITAL, Chesterfield, UK
5. UNIVERSITY OF MANCHESTER, *Faculty of Biology, Medicine and Health*, Manchester, UK

Design & Literatur

Dieser narrative Review befasst sich mit dem Relativen Energiemangelsyndrom im Sport (RED-S), das aus einer niedrigen Energieverfügbarkeit (LEA) als Folge von Übertraining und einer negativen Kalorienbilanz resultiert. Wir befassen uns mit der Diagnose, dem Management und neuen Forschungsbereichen. In diesem Manuskript werden auch die Folgen von RED-S, Risikofaktoren und das therapeutische Management diskutiert.

Ergebnis & Diskussion

Unsere Ergebnisse zeigen, dass die Diagnose von RED-S eine Herausforderung darstellt, da die ersten Anzeichen oft subtil und schwer zu erkennen sind. Der Zugang zu wichtigen bildgebenden Verfahren kann daher erschwert sein (Tabelle 1). Pädagogische Ressourcen wie die Website für Gesundheit und Leistung der BASEM (British Association of Sports and Exercise Medicine) und das RED-S Clinical Assessment Tool (CAT) fördern jedoch das Verständnis dieser Erkrankung.

Was ist neu und relevant?

Wir weisen auf eine Literaturlücke hin, welche die Identifikation und Behandlung von betroffenen Athleten und Athletinnen erschwert. Insbesondere besteht ein Mangel an Forschung zu RED-S bei Parasportlern, Randsportarten und Jugendlichen. Wir betonen die klinische Implementation früherer Forschungsarbeiten sowie die Wichtigkeit groß angelegter Studien zu langfristigen LEA-bedingten Folgen auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit ganz im Sinne von verbesserter Aufklärung und Behandlung von Patienten.

Methodologische Einschränkungen

Das Ziel dieses narrativen Reviews ist einen praktischen Überblick zu RED-S zu bieten, indem wir die Hauptliteratur in RED-S zusammenfassen.

Schlussfolgerungen für die Praxis

RED-S ist ein komplexes, multifaktorielles und häufig unterschätztes Syndrom. Bessere Kenntnis und ein höheres Bewusstsein hierfür bei Sportlern, Trainern und Medizinern sind notwendig, um Langzeitfolgen einer Fehldiagnose zu verhindern.

- RED-S wird oft unterschätzt, doch jüngste Aufklärungskampagnen tragen zu einer besseren Wahrnehmung bei.
- Das Management von RED-S ist multifaktoriell und erfordert die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten.
- Bestehende Evidenz muss um Wissen zu RED-S bei Männern, verschiedenen ethnischen Gruppen und Parasportlern ergänzt werden. ■



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Dr. Tej Pandya
Royal Preston Hospital
Sharoe Green Lane
PR2 1BQ Preston, United Kingdom
✉: tej.pandya@nhs.net

Tabelle 1

Zusammenfassung der klinischen Merkmale von RED-S (adaptiert aus 13, 17).

UNTERSUCHUNG	ANZEICHEN
Allgemeine körperliche Anzeichen und Symptome von Essstörungen oder LEA	Vergößerung der Ohrspeicheldrüsen, Hyperkarotinämie, Lanugo, Russel-Zeichen, Akne, Hirsutismus nach männlichem Muster, trockene Schleimhäute
Kardiologische Tests	Arrhythmien, verlängerte QT-Intervalle, Bradykardie
Biochemische Tests	Hypokaliämie, Hypophosphatämie, Hypomagnesiämie, Hypoalbuminämie, Anämie.
Bildgebung	Die Dual-Energie-Röntgenabsorptiometrie (DEXA) kann eine niedrige Mineralien-dichte zeigen.