

# Aus dem Leistungssport für die Praxis

■ Sport zu treiben mit dem Ziel, im Wettkampf eine hohe Leistung zu erreichen, ist für viele Athleten und Athletinnen ein primärer Motivator. Der Leistungssport unterscheidet sich hierbei vom Breitensport insbesondere durch den wesentlich höheren Zeitaufwand, die Fokussierung auf den sportlichen Erfolg und die ausgeprägte Ausrichtung des gesamten Alltags auf den Sport. Die Betreuung im Spitzensport auf medizinischer und sportwissenschaftlicher Ebene ist auch aus diesen Gründen sehr facettenreich, häufig herausfordernd und liefert viele auf den Alltag übertragbare Erkenntnisse.

So sollte beispielsweise spätestens seit der Untersuchung von Braun und Kollegen aus dem Jahre 2009 allen im Sport betreuenden Sportmedizinern klar sein, dass die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM) durch Sportler eher den Regelfall als eine Ausnahme darstellt. Die Frage nach dem „Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln im Sport“ sollten wir als relevant einstufen und dem Phänomen wurde in diesem Themenheft somit ein separater Beitrag gewidmet. Für viele, insbesondere jüngere Ärzte im Bereich der Sportmedizin stellt sich bei der medizinischen Betreuung und Versorgung die Frage: Was gehört eigentlich in den Arztkoffer? Auch dieses Thema haben wir versucht, in einem Beitrag näher zu beleuchten und Tipps aus der Praxis für die Praxis einfließen zu lassen.

Muskel- und Sehnenverletzungen gehören zu den häufigsten Sportverletzungen. Insbesondere die untere Extremität als Lokalisation und Fußball als Sportart nehmen hierbei eine hervorgehobene Stellung ein. Verletzungen an der oberen Extremität, die besonders im Kraftsport häufiger beobachtet werden, sind den meisten klinisch Tätigen deutlich weniger geläufig: Dem Leser werden in diesem Heft die wichtigsten Kernpunkte zu dieser Spezialität nähergebracht. Die Entwicklungen in der Leistungsdiagnostik sind in den vergangenen Jahren rasch vorangeschritten. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der leistungsdiagnostischen Untersuchungen und standardisierter Testverfahren im Hochleistungssport werden in einem weiteren Beitrag aus trainingswissenschaftliche Perspektive beleuchtet.



Prof. Dr. med. Dr. h.c.  
Jörg Jerosch  
Hauptschriftleiter OUP



Dr. med. Casper Grim

Dieses Heft soll dem Leser einen Einblick in einzelne ausgewählte Themenfelder aus der Spitzensportbetreuung geben, Wissenstransfer aus dem Leistungssport anbieten und das Interesse für eine weitere Vertiefung in die verbandsärztliche Tätigkeit wecken.

Viel Spaß beim Lesen.

## **Dr. med. Casper Grim**

Leitender Oberarzt  
Klinik für Orthopädie, Unfall- und Handchirurgie  
Klinikum Osnabrück  
Vize-Präsident Deutschland der GOTS (Gesellschaft für Orthopädisch Traumatologische Sportmedizin)  
Leitender Verbandsarzt der Deutschen Triathlon Union  
Leitender Orthopäde der Deutschen Olympiamannschaft 2016  
sowie leitender Mannschaftsarzt bei zahlreichen internationalen Wettkämpfen