



Universitätsinstituts für präventive und rehabilitative Sportmedizin;
Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg:

40 Jahre Spitzensport- und Rehamedizin



Salzburg. Das
Universitätsinstitut für präventive
und rehabilitative Sportmedizin
der Paracelsus Medizinischen
Privatuniversität, Institut für
Sportmedizin des Landes
Salzburg, bietet seit 40 Jahren
individuelle Untersuchung,
Beratung und Betreuung sowohl
für **Freizeit- und
Gesundheitssportler** als auch
für **Weltmeister und
Olympiasieger an**. Unzählige
Sportler/-innen des ASKÖ,
ASVÖ und der Sportunion, des
ÖSV, ÖFB, Red Bull, sowie
zahlreiche unabhängige
Vereine und Verbände
schenken diesem erfahrenen
Team aus Sportmedizinern,
Internisten, Kardiologen,
Allgemeinmedizinern,
Orthopäden,
Physiotherapeuten,
Psychologen und
Sportwissenschaftlern ihr

**Bild 1: Das Who-is-who der Sportmedizin in Salzburg
anlässlich der 40 Jahr Feier: Univ.-Prof. DDr. Josef Niebauer
(Vorstand des UI f. Sportmedizin); Mag.^a Martina Berthold
(Landesrätin für Sport); Mag. Dr. Christian Stöckl
(Gesundheits- und Spitalsreferent u. LHStv.); Univ.-Prof. Dr.
Herbert Resch (PMU Rektor); Univ.-Prof. Dr. Heinrich
Magometschnigg (ÄD Uniklinikum LKH); Univ.-Prof. Mag.
DDr. Anton Wicker (Vorstand UK f. Physikalische Medizin und
Rehabilitation); HR Univ.-Prof. Dr. Alfred Aigner (Vorstand
des UI f. Sportmedizin v. 1977-2004). Bildrechte SALK/Wild &
Team , Abdruck honorarfrei;**

Vertrauen. Darüber hinaus kommen auch Studenten des Fachbereichs für
Sportwissenschaften der Paris-Lodron Universität Salzburg, Schüler von Schulen
mit sportlichem Schwerpunkt (z.B. Schulsportmodell Salzburg SSM, BORG, BURG,
HIB Saalfelden, u.a.) sowie Schüler von Sportklassenzügen aus anderen
Schultypen an das Institut für sportmedizinische Untersuchungen und
Leistungsdiagnostik. Auch werden Athleten des Behinderten-Sportverbandes
regelmäßig untersucht. Weiters werden Tauglichkeitsuntersuchungen für Sport- und
Rettungstaucher, sowie Träger schwerer Atemschutzgeräte bei der Feuerwehr
durchgeführt. Seit 2009 ist das Institut auch für die sportmedizinische Betreuung
des Olympiazentrums Salzburg-Rif , und somit für zahlreiche Salzburger Top-
Athleten zuständig.

Gesundheits- und Spitalsreferent Landeshauptmann Stv. Dr. Christian Stöckl ist
selbst überzeugter Freizeitsportler und betont die Bedeutung des Sports für die



Gesundheit: "Sport und Gesundheit sind untrennbar miteinander verbunden. Sportliche Betätigung spielt sowohl in der gesundheitlichen Prävention, als auch in der Rehabilitation seit jeher eine zentrale Rolle. Damit Sport aber wirklich gesund bleibt, ist Information, Aufklärung und eine entsprechende medizinische Betreuung und Begleitung vonnöten. Das Institut für Sportmedizin ist eine wichtige, nicht mehr wegzudenkende Säule des Sportlandes Salzburg. In seiner 40-jährigen Geschichte hat das Institut mit Dr. Alfred Aigner und Univ.-Prof. DDr. Josef Niebauer nur zwei Leiter gehabt. Diese Kontinuität schafft Vertrauen und ist mit ein Grund für den Erfolg und die allgemeine Wertschätzung. Tausende Sportbegeisterte aus dem ganzen Bundesland schätzen das Institut für Sportmedizin als Anlaufstelle, um sich umfassend beraten und medizinisch durchchecken zu lassen. Auch Spitzensportlerinnen und -sportler gehen hier aus und ein. Und als kompetente Unterstützung beim Weg an die nationale und internationale Spitze wird das Institut auch vom Sport-Nachwuchs gern und oft genutzt."

Dadurch dass ALLE Sportinteressierte vom Hobbysportler bis zum Olympiasieger Zugang zur sportmedizinischen Untersuchung erhalten, wollen wir erreichen, dass Sportbegeisterte durch eine umfassende sportmedizinische Untersuchung gesund und lebenslang ihren Sport betreiben können. Dabei sehen wir die sportmedizinische Untersuchung als die erweiterte und sportspezifische Vorsorgeuntersuchung des Sportlers.

Rückblick:

Am 1. Juni 1977 wurde der Betrieb im Institut für Sportmedizin, einer eigenständigen Krankenanstalt des Landes Salzburg, aufgenommen. Als die medizinische Ausstattung vollständig war erfolgten die ersten Untersuchungen 13. Juli 1977. Die offizielle Eröffnung fand am 22. September 1977 durch Landeshauptmann Dr. Wilfried Haslauer im Beisein von LH-Stv. Dr. Herbert Moritz, dem damals für den Sport zuständigem Mitglied der Landesregierung, statt. Im Oktober 2003 wurde das Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg von der neu gegründeten Paracelsus Medizinischen Privatuniversität (PMU) analog zu den Ernennungen der Abteilungen der Landeskliniken zu Universitätskliniken zu ihrem „Institut für präventive und rehabilitative Sportmedizin“ bestellt. In 2004 ging HR Univ.-Prof. Dr. Alfred Aigner in den Ruhestand und übernahm zum 1. Juni 2005 Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA die Leitung des Instituts.

Heute: Breiten-, Gesundheitssport und Lebensstilintervention

Körperliche Bewegung ist ein wesentlicher Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Körperliche Gesundheit ist hierfür eine wichtige Voraussetzung. Nach einer langen Trainingspause ist es sehr empfehlenswert sich vor Beginn des Trainings sportmedizinisch untersuchen zu lassen. Dadurch erhält man eine individuelle Beurteilung des aktuellen Gesundheitszustands und der Sporttauglichkeit. Im Gespräch wird eine Empfehlung bzgl. der geeigneten Sportart bzw. passender Trainingsprogramme beraten. Es ist das Ziel Sportinteressierte, die sich durch regelmäßigen Sport körperlich fit halten möchten oder dies bereits tun, dabei zu unterstützen, da neben mehr Lebensfreude und Lebensqualität so auch



Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes, Bluthochdruck, und Übergewicht aktiv vorgebeugt bzw. verhindert werden kann.

Sport als Medikament und Therapie

Durch eine sportmedizinische Untersuchung und die anschließende Beratung wird individuell eine passende Sportart identifiziert und die „Dosierung“ (Trainingsintensität) festgelegt. Mit gezielter und ausführlicher Diagnostik, wie Herzultraschall, Blutdruckmessungen in Ruhe und unter Belastung, sowie Blutzuckerbestimmungen und umfangreiche Fettstoffwechselfeldiagnostik können, je nach Bedarf, kardiovaskuläre Risikofaktoren abgeklärt werden. Mittels Belastungsuntersuchung mit EKG-Ableitung können mögliche Durchblutungsstörungen des Herzmuskels nachgewiesen bzw. ausgeschlossen werden. Dabei wird gleichzeitig das Blutdruckverhalten unter Belastung ermittelt und eine individuelle und optimale Trainingsherzfrequenz festgelegt.

Ambulante kardiologische Rehabilitation

Patienten mit Herzerkrankungen wie z.B. einem Herzinfarkt oder einer Herzoperation, aber auch Hochrisikopatienten wie **Typ 2 Diabetiker** können auch wieder an unserer ambulanten kardiologischen Rehabilitation teilnehmen. Sobald diese nach Antragstellung von den Kranken- und Pensionsversicherern bewilligt wird, werden die Kosten ohne Selbstbehalt – aktuell jedoch nur für Patienten der SVA und KFA - übernommen.

Nach dem Krankenhausaufenthalt – Phase II

Nach der stationären Entlassung steht den Patienten ein interdisziplinäres Team wohnortnah und berufsbegleitend für eine Dauer von ca. 6 Wochen zur Seite. Das Team aus Ärzten, Psychologen, Physiotherapeuten, Diätologin, Sportwissenschaftlern und Sozialarbeitern unterstützt die Patienten bei der steten Verbesserung und Steigerung ihrer Bewegungs- und Belastungsfähigkeit.

Nach der ambulanten bzw. stationären Phase II - die Phase III

Nach der stationären bzw. abgeschlossenen ambulanten Rehabilitation der Phase II folgt für die Dauer von 6-9 Monaten die Phase III. Durch gezielte körperliche Bewegung, Umstellung der Ernährung sowie besserem Umgang mit Stress wird Schritt für Schritt der Weg in ein neues genussvolles und gesundes Leben sowie die Rückkehr auch in den beruflichen Alltag geebnet.

Leistungs- und Hochleistungssport

Durch klinische und apparative Untersuchungen wird der Gesundheitszustand, die Sporttauglichkeit und das körperliche Leistungsvermögen beurteilt. Dies stellt eine unabdingbare Voraussetzung für eine verantwortungsbewusste Ausübung von Leistungssport dar und beugt etwaigen Gefahren und Spätfolgen vor. Durch eine gründliche sportspezifische Untersuchung kann die Eignung der Athleten individuell festgestellt und gesundheitliche Risiken, sowie organische und körperliche Funktionsstörungen frühzeitig erkannt und vermieden werden. Grundlage der Evaluation der körperlichen Leistungsfähigkeit ist das Belastungs-EKG, welches



sportartspezifisch (Fahrrad-, Laufband-, Ruder-, Handkurbel-, Rollstuhl-Ergometer) durchgeführt wird. Aus den hierbei gewonnenen Daten kann eine genaue trainingsmethodische Planung in Zusammenarbeit mit den zuständigen Trainern erfolgen und eine Vorhersage bezüglich der individuellen Leistungsentwicklung erstellt werden. In Ergänzung dazu können Feld-Tests am Ort des Trainings oder Wettkampfes durchgeführt werden. Die aus den Untersuchungen gewonnenen Ergebnisse fließen in die begleitende trainingsmethodische Forschung ein und helfen so, die unmittelbare Sportlerbetreuung auf dem aktuellen Stand zu halten.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Immer mehr Unternehmen lassen ihre Mitarbeiter durch uns untersuchen. Hierbei werden die Risikofaktoren der Mitarbeiter ermittelt, vertraulich besprochen und individuelle Trainingsprogramme erstellt, die dazu dienen, das Risikoprofil positiv zu beeinflussen. In Summe profitieren sowohl der Mitarbeiter als auch das Unternehmen von gesünderen und leistungstärkeren Mitarbeitern.

Sportkardiologie

Professor Niebauer ist Mit-Autor zahlreicher Therapieleitlinien und Herausgeber des aktuellsten Buches der Sportkardiologie. Auch hat er an den aktuellen EKG Richtlinien für Sportler als einer von weltweit 30 Experten mitgeschrieben. Das Team des UI für Sportmedizin hat einen Schwerpunkt Sportkardiologie etabliert und bietet eine Anlaufstelle für Sportler eines jeden Leistungsniveaus bei Fragen zu und Problem mit Herzerkrankungen und Sport. Durch detaillierte und sorgfältige Diagnostik wird die Ursache der Erkrankung identifiziert und in Bezug auf den Sport ein Therapieplan gemeinsam mit dem Sportler erstellt, mit dem Ziel, weiter Sport treiben zu können.

Mögliche Bestandteile der sportmedizinischen Untersuchung am Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität:

- **Körperliche Untersuchung**
- **Körperfett-Bestimmung**
- **Body-Mass-Index**
- **Sehtest**
- **Labor von Blut und Harn**
- **Ruhe-EKG:** Erkennung von Störungen des Herzrhythmus, der Erregungsausbreitung und –leitung, der Herzwandverdickung, eines Herzinfarktes, etc.
- **Belastungs-EKG:** Fahrrad-, Laufband-, Ruder-, Rollstuhl-, Handkurbelergometer – zur Beurteilung der Leistungsfähigkeit, der Belastbarkeit, von Durchblutungsstörungen, etc.
- **Langzeit Blutdruckmessung und Langzeit-EKG:**
- Sollten bei der Ergometrie Auffälligkeiten im EKG oder im Blutdruckverhalten aufscheinen oder im Alltag bzw. beim Sport Unregelmäßigkeiten bemerkt



werden, so können mittels 24h-Blutdruckuntersuchung bzw. 24h-Langzeit-EKG-Aufzeichnung mögliche Ursachen aufgedeckt werden.

- **Spiroergometrie:** Ermittlung des Trainingszustandes und der Ausdauer-Leistungsfähigkeit durch zeitgleichen Belastungstest und Lungenfunktionstest
- **Lactatdiagnostik:** Milchsäurebestimmung - Bestimmung des Trainingszustandes und der Leistungsfähigkeit, Ermittlung der aeroben und anaeroben Schwelle
- **Spirometrie:** Lungenfunktionstest – z.B. Erkennen von Asthma
- **Herzultraschalluntersuchung:** Echokardiografie – zur Bestimmung und Beurteilung von Größe, Struktur und Funktion des Herzens, einschließlich der Herzklappen
- **Ultraschall der Halsschlagadern:** Carotis-Sonografie – zur Beurteilung des Risikos für Gefäßerkrankungen
- **Muskelfunktionstest**
- **Sportspezifische Ernährungsberatung**
- **Feldtests:** sportartspezifische Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung
- **Trainings- und Wettkampfberatung auch für Freizeit- und Breitensportler**
- **Lebensstilberatung und –intervention**

Behindertensport

In den vergangenen Jahren hat im Bereich des Leistungssports auch die sportmedizinische Betreuung von behinderten Athleten, insbesondere in Ausdauersportarten, an Bedeutung gewonnen. Das Augenmerk der Betreuung richtet sich dabei nicht mehr vorrangig auf die Erkennung und Behandlung klinischer Erkrankungen und Überforderungszustände, sondern auf die Erhebung trainingsrelevanter Daten. Neben der Funktionserhaltung ist die Sportmedizin bestrebt zur Optimierung der Leistungsfähigkeit und zur Verbesserung der Wettkampfergebnisse beizutragen.

Olympiazentrum

Professionellen Leistungssport auf höchstem Niveau zu betreiben, stellt größte Anforderungen an die Athleten dar. Das Land Salzburg und die Universität Salzburg haben sich zum Ziel gesetzt, ihr Wissen und ihre Erfahrungen dem Leistungssport zu widmen und gemeinsam mit den Sportlern und ihren Verbänden dieses Wissen auf der Basis neuester Erkenntnisse im Sinne des Erfolges weiter zu entwickeln.

Dabei unterstützt unser Institut das Olympiazentrum Salzburg-Rif durch eine sportmedizinische Betreuung der Athleten und stellt hierfür sein ganzes Wissen und seine ganze Erfahrung zur Verfügung, um den Athleten zum gewünschten und vergönnten Erfolg zu helfen. Auch hierbei steht die Gesundheit des Athleten im Vordergrund.

Mag. Mick Weinberger
Leiterin Unternehmenskommunikation & Marketing



SPORT | REHA | MEDIZIN

UNIVERSITÄTSINSTITUT FÜR PRÄVENTIVE
UND REHABILITATIVE SPORTMEDIZIN DER PMU
INSTITUT F. SPORTMEDIZIN D. LANDES SALZBURG



Uniklinikum Salzburg
Gemeinnützige Salzburger Landeskliniken Betriebsges.m.b.H.
Müllner Hauptstraße 48, A-5020 Salzburg

ACHTUNG NEUE Mobil NUMMER: +43 (0)676 8997 20012
Tel.: +43 (0)5 7255-20012
Fax: +43 (0)5 7255-20195

mailto: m.weinberger@salk.at
www.salk.at

Universitätsklinikum Salzburg
Gemeinnützige Salzburger Landeskliniken Betriebsges.m.b.H.
Universitätsklinikum der PMU
Firmenbuchgericht: Landesgericht Salzburg | Firmenbuchnummer: 240832s
UID: ATU57476234 | DVR-Nummer: 0512915 |