

# “Return to Sports“ im (Hoch-)Leistungssport nach COVID-19

Konsensus der sportmedizinischen Universitäts- und Landesinstitute Wien<sup>1</sup>, Salzburg<sup>2</sup> und Innsbruck<sup>3</sup>

J. Scharhag<sup>1</sup>, J. Niebauer<sup>2</sup>, W. Schoberberger<sup>3</sup>

## Dauer der Sportpause vor sportmedizinischer Untersuchung bzw. vor “Return to Sports“ in Abhängigkeit vom Schweregrad der SARS-CoV-2 Infektionen

### Mögliche Erkrankungsmanifestationen<sup>1</sup>

#### Schwere Erkrankungen mit stationärer Behandlung

- Lunge: Pneumonie, ARDS, Lungenembolie, Pulmonale Hypertonie, Lungenfibrose
- Thrombembolien: Venenthrombose, Lungenembolie, koronare, zerebrale, periphere TE
- Herz: Myokarditis, Akutes Koronarsyndrom, Tako-Tsubo KM, Arrhythmien, Cor pulmonale
- Nieren: Akute Nierenschädigung (Proteinurie, Hämaturie), Nierenversagen
- Leber: Akute Leberschädigung (Erhöhung Transaminasen, Bilirubin), Leberversagen
- Nervensystem: Enzephalopathie, Guillan-Barré, Apoplex
- Endokrines System: Hyperglykämie, diabetische Ketoazidose, Diabetes mellitus

#### Erkältungs-/Erkrankungssymptome unterhalb des Halses

- Tracheitis
- Bronchitis
- Gastroenteritis, Diarrhoe
- Fieber (> 38,0° C)

#### Leichte Erkältungssymptome bis zum Hals

- leichte Kopfschmerzen
- Rhinitis
- Halskratzen, Halsschmerzen, Pharyngitis
- Geschmacks-/Geruchsstörung

#### Asymptomatisch

### Dauer der Sportpause

- bis zur völligen Genesung
- mehrere Wochen

- bis zur völligen Genesung
- ca. 2 - 4 Wochen inkl. Quarantäne

- bis zur völligen Genesung
- Dauer der Quarantäne

- Dauer der Quarantäne

### Zeitpunkt der sportmedizinischen Untersuchungen

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit
- ggf. nach fachärztlicher Abklärung

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit
- ggf. nach fachärztlicher Abklärung

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit

- nach Quarantäne

## Procedere und Inhalte der sportmedizinischen Untersuchung vor “Return to Sports“ im (Hoch-)Leistungssport

- Keine Notwendigkeit einer PCR auf SARS-CoV-2 nach Quarantäne<sup>2,3</sup>
- Regionale Vorgaben sind strikt zu befolgen (z. B. von Spitalsträgern)

### Inhalte der sportmedizinischen Untersuchung vor “Return to Sports“

- Anamnese und körperliche Untersuchung
- Labor: Diff.-Blutbild, CRP, Leber- und Nierenwerte, CK, Na, K, Mg; Troponin und NT-proBNP bei schwerem Krankheitsverlauf und/oder pathologischen Auffälligkeiten in Anamnese, körperlicher Untersuchung, EKG und ggf. Echokardiographie
- Spirometrie (falls indiziert: Bodyplethysmographie inkl. Diffusionskapazität)
- Ruhe-EKG
- Echokardiographie (fakultativ bei ●●, obligat bei ●●●)
- Belastungs-EKG (fakultativ bei ●●, obligat bei ●●●), empfehlenswert als Spiroergometrie mit Sauerstoffsättigung, zusätzlich mit BGA nach COVID-19 mit Pneumonie

### Bei unauffälligen Untersuchungsbefunden

- Freigabe für den (Hoch-)Leistungssport
- Umfang- und Intensität des Trainings sowie Zeitpunkt der Teilnahme an Wettkämpfen in Abstimmung mit Sportarzt/ärztin, Trainer/in & Verband

## Autoren

### Univ.-Prof. Dr. med. Jürgen Scharhag

Abteilung für Sportmedizin, Leistungsphysiologie und Prävention  
Institut für Sportwissenschaft  
Universität Wien  
Österreichisches Institut für Sportmedizin (ÖISM)  
Auf der Schmelz 6  
A-1150 Wien

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA

Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin  
Uniklinikum Salzburg  
Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg  
Sportmedizin des Olympiazentrums Salzburg-Rif  
Betriebliche Gesundheitsförderung der Salzburger Landeskliniken  
Forschungsinstitut für molekulare Sport- und Rehabilitationsmedizin  
Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg  
REHA Zentrum Salzburg  
Ludwig Boltzmann Institut für digitale Gesundheit und Prävention  
Lindhofstr. 20  
A-5020 Salzburg

### Prim. Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Schobersberger

Institut für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus (ISAG)  
Tirol Kliniken GmbH Innsbruck und UMIT TIROL, Hall  
LKH Natters  
In der Stille 20  
A-6161 Natters

