

Sport und Gesundheit

In Deutschland stehen die Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Gefäßverkalkungen (Arteriosklerose) mit Abstand auf Platz 1 der häufigsten Todesursachen. Viele Faktoren erhöhen das Risiko an einer solchen Erkrankung wie Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erkranken. Dazu zählen Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen aber auch Bewegungsmangel und Inaktivität. Umgekehrt wirkt Bewegung, Aktivität und Sport schützend. Zahlreiche Untersuchungen konnten sogar zeigen, dass auch die anderen Risikofaktoren durch Sport günstig beeinflusst werden. So kann regelmäßiges Training den Blutdruck, Blutzucker und das Gewicht senken. Auch das Cholesterin im Blut sinkt unter regelmäßiger Belastung.

Sport hat weiterhin viele positive Einflüsse auf den Bewegungsapparat, so schützt eine trainierte Muskulatur vor Fehlbelastungen und daraus resultierenden Schmerzsyndromen. Es konnte gezeigt werden, dass bei körperlich aktiven Menschen weniger Krebserkrankungen auftreten. Daher:

Sport ist Prävention - Sport ist Medizin

Die Gefahren des Sports

Immer wieder sterben Menschen beim Sport durch Unfälle oder Leichtsinn wie beim Zugspitzlauf im Jahr 2008. In ca. 2/3 der Fälle ist aber ein plötzlicher Herztod die Ursache. Besonders gefährdet sind dabei 40-50 jährige männliche „Sport-Wiedereinsteiger“.

Die Sportart mit den meisten Todesfällen bezogen auf die Anzahl der diesen Sport Ausübenden ist übrigens der Kegelsport.

Die Sportmedizinische Untersuchung

Durch gezielte Fragen und Untersuchungen können bestehende Erkrankungen und Risikofaktoren aufgedeckt werden. Dadurch kann das Risiko ernsthafter Folgen des Sports minimiert werden. Außerdem ist bei fast allen Erkrankungen Sporttreiben trotzdem möglich und bei richtiger Dosierung sogar wiederum gesundheitsförderlich.

Die deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention gibt Empfehlungen über die erforderlichen Untersuchungen je nach Alter und Trainingsumfang. Leider übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten für diese Vorsorgeuntersuchungen nicht.

Wir beraten Sie gerne - sprechen Sie uns an!

Ihr Praxisteam in **Hoberge-Uerentrup**

Kleine Sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung für

alle Sporttreibenden im Kindes- und Jugendalter
Freizeit-, Breiten- und Volkssportler (auch Sportbootführerschein) bis 35 Jahre

- Fragebogen zum Selbstausfüllen
- Standardisierte Anamnese (durch den Arzt)
- Körperliche Untersuchung
- Ruhe-EKG

Kosten: **27,34 Euro**

Sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung für

alle Sporttreibenden über 35 Jahre
Sportarten mit besonderem Risiko (z.B. Tauchtauglichkeit)

- Fragebogen zum Selbstausfüllen
- Standardisierte Anamnese (durch den Arzt)
- Körperliche Untersuchung
- Ruhe-EKG
- Fahrrad-Ergometrie bzw. Belastungs-EKG und Blutdruckmessung
- kleines Labor: Urinstatus, kl. BB, Cholesterin, HDL, LDL, Triglyceride, Glucose, γ GT, Kreatinin

Kosten: **88,29 Euro**

Erweiterte Sportmedizinische Untersuchung für

Breitensportler mit zukünftiger Wettkampfteilnahme
bei Trainingsumfang > 6 Std./Woche
Breitensportler (Gesundheitssportler) mit Herz-Kreislauf-Krankheiten

- Fragebogen zum Selbstausfüllen
- Standardisierte Anamnese (durch den Arzt)
- Körperliche Untersuchung
- Ruhe-EKG
- Fahrrad-Ergometrie bzw. Belastungs-EKG und Blutdruckmessung
- großes Labor: Urinstatus, Blutbild, CK, Lipidstatus, Harnsäure, Ferritin, Kalium, Natrium, Eisen, γ GT, GOT, GPT, Kreatinin, Harnstoff, Blutzucker, CRP, TSH
- Echokardiographie
- (Spezielle orthopädische Untersuchungen)

Häufigkeit: Jährlich, ggf. weitere Untersuchungen nach Bedarf

Kosten **171,05 Euro**

Auftrag zur Privatärztlichen Behandlung und Abrechnung

Inanspruchnahme von Individuellen Gesundheitsleistungen

Ich _____

Name

Vorname

Geb. Datum

wünsche die Durchführung der folgenden individuellen Gesundheitsleistungen als Wunschleistungen, für die eine medizinische Indikation (Krankheit) oder Abrechnungsfähigkeit im Sinne und zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung nicht vorliegt:

- Kleine sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung** (27,34 Euro)

- Sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung** (88,29 Euro)

- Erweiterte sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung** (171,05 Euro)

Mir ist bekannt, dass ich diese vorgenannten individuellen Gesundheitsleistungen privat nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) zu bezahlen habe, da diese Leistungen im Rahmen einer Gesundheitsvorsorge nicht zum Leistungsumfang der gesetzlichen Krankenversicherung gehören.

Mir ist weiterhin bekannt, dass ich gegenüber meiner gesetzlichen Krankenkasse keinen Anspruch auf Kostenerstattung oder Kostenbeteiligung habe.

Eine Kopie dieser Erklärung habe ich erhalten.

Ort

Datum

Unterschrift