

Neues Testverfahren soll Verletzungen im Profisport vorbeugen

UKL-Mediziner des Zentrums für Sport- und Bewegungsmedizin bereiten als langjähriger Medizinpartner den SC DHfK-Handball-Nachwuchs mit eigens entwickeltem Check auf die Saison vor

Leipzig. Verletzungen im Profisport können Karrieren vorzeitig beenden und ganze Mannschaften ausbremsen. Um hier besser vorsorgen zu können, haben die Experten im Zentrum für Sport- und Bewegungsmedizin des Universitätsklinikums Leipzig (UKL) ein eigenes Testverfahren entwickelt. Damit sollen physische Schwachstellen rechtzeitig entdeckt und mit speziellen Trainingsverfahren ausgeglichen werden, damit es nicht zu belastungsbedingten Verletzungen kommt. In dieser Saison kommt das neue Verfahren erstmals beim Nachwuchs der SC DHfK-Handballer zum Einsatz.

„Unser Ziel ist es, Verletzungen nicht nur zu heilen, sondern diesen auch vorzubeugen“, erläutert Prof. Pierre Hepp, Unfallchirurg und Sprecher des [Zentrums für Sport- und Bewegungsmedizin am UKL](#). Der langjährige Mannschaftsarzt der [Bundesliga-Handballer](#) betreut und operiert viele professionelle Sportler. „Eine Verletzung so wieder auszugleichen, dass die Betroffenen wieder voll einsatzfähig sind, ist schwierig, langwierig und nicht immer zu 100 Prozent erfolgreich“, so Hepp. „Besser wäre es, wir verhindern vermeidbare Verletzungen von vornherein, vor allem bei den jungen Nachwuchssportlern.“

Damit dies gelingt, haben die Mediziner eine spezielle Testserie entwickelt, mit der die Sportler drei Mal untersucht werden: Nach der Saison, wenn die Belastung am höchsten ist, vor der Saison und in der Winterpause. Aktuell ist das Verfahren erstmals im Einsatz; die Nachwuchshandballer von der U15 bis zur U23 durchlaufen gerade die Tests vor Saisonstart.

„Wir haben die Nachwuchssportler hier besonders im Fokus, um bei den jungen Männern und Jugendlichen, die teilweise noch im Wachstum sind, die Risiken möglichst zu reduzieren“, erklärt Dr. Ralf Henkelmann. Der UKL-Unfallchirurg betreut seit acht Jahren die Junioren. Derzeit führt er zusammen mit dem UKL-Sportkardiologen Dr. Sven Fikenzer 70 Sportler durch die Tests, und zwar anders als sonst vor Ort bei den Sportlern und nicht im Klinikum.

„Kern der Checks ist eine qualitative und quantitative Analyse des Bewegungsapparates mit Fokus auf Arme und Beine, um noch präziser und genauer als bisher festzustellen, ob es an bestimmten Stellen Unterschiede in der Belastbarkeit gibt“, so Henkelmann. Werden diese festgestellt, setzt ein Präventionsprogramm ein. „Das beinhaltet ein individuelles Training, das zusammen mit dem Athletiktrainer und der Physiotherapie angepasst wird, um hier gezielt ansetzen zu können.“ Für die Sportler kann das bedeuten, dass sie nicht jede Trainingseinheit mit dem Team trainieren, sondern gezieltes Einzeltraining erhalten.

Ob und wie erfolgreich diese Maßnahmen im Zusammenspiel mit dem neuen Testverfahren sind, wird sportwissenschaftlich begleitet und ausgewertet. Die Untersuchungen mit mobilen Einheiten direkt vor Ort bei den Sportlern sind eine weitere Besonderheit, die die ZSB- Mediziner hier umsetzen. „So können wir alle relevanten Untersuchungen, die kardiologischen und die orthopädischen, zusammen mit der neuen Verletzungsprophylaxe an einem Tag bündeln. Dafür, dass

dies so möglich ist, sind wir den Ärzten des UKL, die sich an mehreren Nachmittagen zu uns in die Halle begeben, sehr dankbar“, sagt Matthias Albrecht, Jugendkoordinator des SC DHfK-Handball. „Vor allem das neue Verfahren ist für uns eine wichtige Maßnahme, um im Vorfeld zu klären, ob und wo ein Defizit bei einem Spieler besteht, und rechtzeitig reagieren zu können“, so Albrecht weiter. „Im besten Fall sorgen wir so dafür, dass die Verletzungszahl spürbar sinkt.“