



## Bestätigung über die Durchführung der Sport- und Wettkampftauglichkeitsuntersuchung für die Salzburger Sporthilfe (gemäß §20 Abs. 5 Sporthilferichtlinien)

Zu- und Vorname der durch die Salzburger Sporthilfe geförderten Person	Geburtsdatum
Untersuchungsstelle: Name und Anschrift (Straße/Hausnr., Postleitzahl, Ort) des Instituts	
<b>Bestätigung:</b> Die Untersuchungsstelle bestätigt, dass die oben genannte Person die Sport- und Wettkampftauglichkeitsuntersuchung für die Salzburger Sporthilfe gemäß den unten angeführten Bestimmungen absolviert hat. Diese Untersuchung erfüllt somit die in §20 Abs. 5 der Salzburger Sporthilferichtlinien geforderten Anforderungen für die standardisierte sportmedizinische Untersuchung, die Voraussetzung für den Weiterbezug der Salzburger Sporthilfe ist.	
Name und Funktion der verantwortlichen Person in der Untersuchungsstelle	
Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Richtigkeit meiner Angaben	
Datum, Stempel und Unterschrift der Untersuchungsstelle	

## Bestimmungen über die durchzuführenden Untersuchungen

### Anamnese, körperliche Untersuchung

- Anamnese (Familien- und Eigenanamnese inkl. Medikamente)
- Somatogramm (Körperfett, BMI)
- Ruhepuls, Blutdruck
- internistischer Status
- orthopädischer Status inkl. Halte, Stütz- und Bewegungsapparat

### EKG (12-Kanal Ruhe)

- Dokumentation von Hinweisen auf bzw. Ausschluss von angeboren oder erworbenen kardialen Veränderungen bzw. Herzerkrankungen sowie Rhythmusstörungen

### Lungenfunktion (kleine Spirometrie)

- Ausschluss einer obstruktiven oder restriktiven Lungenerkrankung

### **Echokardiographie(Herzschall)**

- Bei Erstuntersuchung und / bzw. 14./15. Lebensjahr zum Ausschluss angeborener Herzfehler sowie Ausschluss möglicher pathologischer Anpassungserscheinungen. Wiederholung je nach Befund und Sportart spätestens alle 2 Jahre.

### **Ergometrie (Rad / Laufband)**

Die Erstuntersuchung erfolgt mittels Fahrradergometer. Für Sportarten die mit dem Laufband untersucht werden, erfolgen leistungsmedizinische Verlaufsuntersuchungen mittels Laufband.

#### **Allgemeine Inhalte**

- Ermittlung der aktuellen kardiozirkulatorischen Leistungsfähigkeit
- Dokumentation der Leistungsentwicklung
- Bestimmung der Effektivität bestimmter Trainingsmethoden und Belastungsfaktoren (Intensität, Umfang, Häufigkeit etc.)
- Ausschluss möglicher pathologischer Anpassungserscheinungen
- Gewinnen von Richtdaten zur Trainingssteuerung in bestimmten Sportarten (z.B. Ausdauerdisziplinen)
- Erarbeiten von Leistungsprognosen

#### **Leistungsmedizinische Parameter**

- Herzfrequenz Ruhe
- Herzfrequenz Maximum
- Leistungsfähigkeit
- Watt / kg, km/h
- fakultativ: VO<sub>2</sub> ml / min / kg
- obligat: Ruhelaktat, Maximallaktat; Grundvoraussetzung: Teilnahme an Ringversuchen ! Nur so eine Vergleichbarkeit der Werte und somit eine valide Trainingssteuerung möglich
- Aerobe Schwelle (z.B. 2mmol)
- Anaerobe Schwelle (z.B. 4mmol)

**Labor** (nüchtern) bei Erstuntersuchung vorliegend, danach fakultativ bzw. je nach Befund

- Blutbild mit Thrombozyten
- Blutzucker
- Blutfette (Cholesterin, Triglyzeride, HDL, LDL)
- CK
- Harnstoff, Kreatinin, Harnsäure

#### **Abschlussbesprechung**

- Gesundheitszustand
- Sporttauglichkeit / Wettkampftauglichkeit
- Trainingszustand
- Sportarteignung
- Prophylaxe von Überlastung und Verletzung
- Trainingsberatung