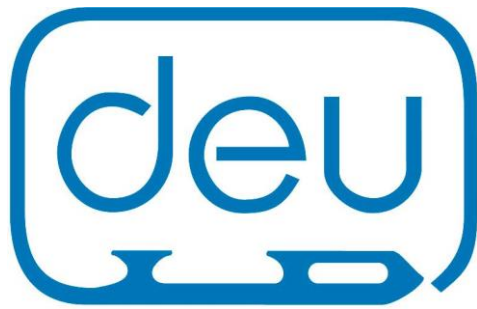


Deutsche Eislaf Union e.V. (DEU)



Medizinisches Planungskonzept

INHALTSVERZEICHNIS

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Einleitung..... | 4 |
| 2 | Das medizinische Kompetenzteam..... | 4 |
| 2.1 | Zusammensetzung des Kompetenzteams..... | 4 |
| 2.2 | Fachliche Mindestqualifikationen | 5 |
| 2.3 | Sitzung des Kompetenzteams..... | 5 |
| 2.4 | Saisonplanung des Kompetenzteams..... | 5 |
| 2.5 | Aufgaben des Kompetenzteams | 5 |
| 2.5.1 | Betreuung bei internationalen Wettkampfreisen | 6 |
| 2.5.2 | Betreuung bei Lehrgangsmaßnahmen | 6 |
| 2.5.3 | Workshops an den Bundesstützpunkten | 6 |
| 2.5.4 | Sportpsychologische Individualbetreuung | 7 |
| 2.5.5 | Individuelle Ernährungsberatung | 7 |
| 2.5.6 | Einbindung in das Verletzungsmanagement | 7 |
| 2.5.7 | Sportmedizinische Grunduntersuchung | 7 |
| 2.5.8 | Medizinische Anti-Doping-Fragen..... | 7 |
| 2.5.9 | Mitwirkung in der Trainer Aus- und Fortbildung | 7 |
| 2.5.10 | Eigenständige Fortbildungsmaßnahmen | 8 |
| 3 | Betreuung an den Bundesstützpunkten | 8 |
| 3.1 | Ärztliche Betreuung..... | 9 |
| 3.2 | Physiotherapeutische Betreuung | 9 |
| 3.3 | Sportpsychologische Betreuung | 9 |
| 3.4 | Ernährungswissenschaftliche Betreuung..... | 9 |
| 3.5 | Ergänzende Präventionsmaßnahmen | 10 |
| | Anlage 1: Verfahren im Verletztenfall [bei Wettbewerben]..... | 11 |
| | Anlage 2: Formblatt Verletzungsmeldung für Kaderathleten..... | 13 |
| | Anlage 3: Anforderungsbeschreibung bei Wettbewerben..... | 15 |
| | Anlage 4: Anforderungen Verbandsmaßnahmen | 19 |
| | Anlage 5: Checkliste Raumanforderungen..... | 20 |
| | Anlage 6: Medizinisches Informationsblatt | 21 |
| | Anlage 7: Einsatzplanung Medizinisches Kompetenzteam..... | 23 |

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

| | |
|---|----------|
| Abbildung 1: fachliche Mindestqualifikationen | 5 |
| Abbildung 2: Zusammensetzung Medizinisches Kompetenzteam | 6 |
| Abbildung 3: Betreuungssituation an den Bundesstützpunkten | 8 |

1 Einleitung

Die Gesundheit der Athleten ist die Grundvoraussetzung für sportliche Leistungen. Als früh-spezialisierende Sportart sind die physischen und psychischen Anforderungen für die Athleten im Eiskunstlaufen schon in jungen Jahren umfangreich. Die Beratung und Betreuung in den Bereichen Sportmedizin, Sportphysiotherapie, Sportpsychologie und Sporternährung ist dementsprechend im Eiskunstlaufen ein wichtiger Bestandteil zur Entwicklung leistungsfähiger, gesunder Sportler. Für die vier genannten Bereiche zeichnet sich innerhalb der DEU das medizinische Kompetenzteam verantwortlich. Die Aufgabenschwerpunkte des Teams liegen einerseits in präventiven Maßnahmen und andererseits in der Beratung und Betreuung einschließlich medizinischer Behandlungsmaßnahmen zur Regeneration und Rehabilitation. Die Tätigkeiten des medizinischen Kompetenzteams ergänzen die Betreuungsangebote der Olympiastützpunkte und werden auf Basis der Betreuungsleistungen und der diagnostischen Maßnahmen des OSP inhaltlich abgestimmt.

2 Das medizinische Kompetenzteam

Die medizinische Kommission hat sich seit vielen Jahren aus zwei Ärzten und drei Physiotherapeuten zusammengesetzt. Im Strukturplan der DEU für die Jahre 2018-2022 / 2026 wurde festgelegt, dass die medizinische Kommission, insbesondere für die Betreuung im Nachwuchs- und Juniorenbereich, personell verstärkt und durch die Expertisen in der Ernährungsberatung und der Sportpsychologie interdisziplinär aufgestellt wird.

2.1 Zusammensetzung des Kompetenzteams

Das medizinische Kompetenzteam umfasst Verantwortliche, die selbst Eiskunstlaufen aktiv betrieben haben und umfasst sportartfremde Verantwortliche.

Es setzt sich wie folgt zusammen:

Dr. Sven Authorsen – Niedergelassener Orthopäde
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin, Chirotherapie, Akupunktur

Dr. Stefan Pfrengle – Niedergelassener Orthopäde
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin, Chirotherapie, Akupunktur

Larissa Vetter – Assistenzärztin Anästhesie

Ouadya Hamid – niedergelassener Physiotherapeut
DOSB-Physiotherapeut

Marianne Martin – niedergelassene Physiotherapeutin
DOSB-Physiotherapeutin, Osteopathin

Anja Jost – niedergelassene Physiotherapeutin
DOSB-Physiotherapeutin, Osteopathin, Heilpraktikerin

Carolina Chon – selbstständige Sportpsychologin
M.Sc. Psychologin, Sportpsychologin (asp), Mitglied der BISp-Expertendatenbank, DOSB-Trainerin-B-Leistungssport Eiskunstlaufen

Brigitte Blickling – selbstständige Trainerin und Ernährungsberaterin
M.A. Sport und Gesundheit, B.Sc. Ökotrophologie, Diätassistentin, DOSB-Nachwuchsleistungssporttrainerin, DOSB-Trainerin-B-Leistungssport Eiskunstlaufen

Zur Organisation und Koordination: Linda Gering – Leistungssportreferentin DEU

2.2 Fachliche Mindestqualifikationen

Mitglied des medizinischen Kompetenzteams können grundsätzlich nur Personen werden, die die dargestellten Mindestqualifikationen vorweisen können. Zusätzlich wünschenswert sind bereits vorhandene Erfahrungen in der Arbeit mit Eiskunstläufern bzw. Sportlern artverwandter Sportarten. Die Vergütungsrichtlinien für das medizinische Personal berücksichtigen die Qualifikation und die Beschäftigungsart (ehrenamtliche Tätigkeit, Honorartätigkeit) und sind dem Vergütungssystem der DEU zu entnehmen.

| Tätigkeit | Qualifikation |
|---|---|
| leitende Verbandsärzte | Siehe Kriterienkatalog für Verbandsärzte des DOSB |
| weitere Verbandsärzte (Tätigkeit in Abstimmung mit den leitenden Verbandsärzten) | gültige Approbation, Erfahrung im Leistungssport, Kenntnis der jeweils gültigen Anti-Doping-Regeln |
| Physiotherapeuten | Abgeschlossene Berufsausbildung, Lizenz DOSB-Sportphysiotherapie, Erfahrung in der Arbeit mit Leistungssportlern |
| Sportpsychologe | Mitglied der BISP-Expertendatenbank und damit verbundene Qualifikationsnachweise |
| Ernährungsberater | Studienabschluss in Ökotrophologie oder vergleichbar, Erfahrung in der Arbeit mit Leistungssportlern, Erfahrungen in der Arbeit mit Sportlern aus künstlerisch-ästhetischen Sportarten, Kenntnisse zu ernährungsrelevanten Anti-Doping-Themen |

Abbildung 1: fachliche Mindestqualifikationen

2.3 Sitzung des Kompetenzteams

Das medizinische Kompetenzteam trifft sich einmal jährlich zu einer Präsenzsitzung. Darüber hinaus finden anlassbezogene, gruppenspezifische Gespräche und Online-Meetings zwischen den Mitgliedern des Kompetenzteams zur interdisziplinären Zusammenarbeit statt.

2.4 Saisonplanung des Kompetenzteams

Die zentralen Lehrgangmaßnahmen des Verbandes finden überwiegend in der Saisonvorbereitung (April – August) statt. Die Einsatzplanung hierfür wird ab dem Oktober des Vorjahres von der DEU-Leistungssportreferentin koordiniert. Dezentrale Maßnahmen und Stützpunktbesuche der Sportpsychologin und Ernährungsberaterin werden darüber hinaus unterjährig in Zusammenarbeit mit den Bundesstützpunktleitern individuell vereinbart.

Die Einsatzplanung für die Wettbewerbe wird nach Bekanntgabe des Wettbewerbskalenders des internationalen Weltverbandes ISU (ca. Mai eines Jahres) ebenfalls über die Leistungssportreferentin organisiert. Zu den (Junioren-) Grand Prix stehen die deutschen Teilnehmer erst kurzfristig fest, da Startquoten bzw. Einladungen mit wenig Vorlaufzeit vor Saisonbeginn von der ISU bekannt gegeben werden. Die Verfügbarkeiten des medizinischen Kompetenzteams können daher nur mit wenig Vorlaufzeit abgefragt werden und erschweren die Einsatzplanung.

2.5 Aufgaben des Kompetenzteams

Die Aufgabenbereiche sind für die Verbandsärzte und Verbandsphysiotherapeuten grundsätzlich zwischen dem Senioren- und Juniorenbereich aufgeteilt (mit Vertretungsoption).

| | Seniorenbereich | Juniorenbereich |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--|
| Ärztliche Betreuung | Dr. S. Authorsen / Dr. S. Pfrengle | L. Vetter (mit Unterstützung S. Pfrengle) |
| Physiotherapeutische Betreuung | O. Hamid / M. Martin | A. Jost |
| Sportpsychologische Betreuung | C. Chon | |
| Ernährungswissenschaftliche Betreuung | B. Blickling | |

Abbildung 2: Zusammensetzung Medizinisches Kompetenzteam

2.5.1 Betreuung bei internationalen Wettkampfreisen

Zu den Weltmeisterschaften, Europameisterschaften und Junioren-Weltmeisterschaften gehören dem deutschen Team ein Verbandsarzt und ein Physiotherapeut an. Optional kann nach Bedarf die Betreuung auch bei weiteren internationalen Hauptwettkämpfen im In- und Ausland (JGP, GP, Challenger-Serie) erfolgen und die Sportpsychologin in das Betreuersteam aufgenommen werden. Die Beschreibung der Aufgaben bei der Wettkampfbetreuung sind der Anlage 3 „Anforderungsbeschreibung bei Wettbewerben“ zu entnehmen.

2.5.2 Betreuung bei Lehrgangmaßnahmen

In gegenseitiger Absprache des medizinischen Personals und der DEU wird festgelegt, in welchem Umfang eine medizinische Begleitung bei DEU Trainings- und Lehrgangmaßnahmen stattfindet. Nach Möglichkeit und Verfügbarkeit wird im Bereich Medizin / Physiotherapie auf die Serviceleistungen der OSP oder die Kooperationspartner der BSP zurückgegriffen. Fester Bestandteil der Planungen für das medizinische Team sind eine Sprechstunde mit Check-Up eines Verbandsarztes und eines Verbandsphysiotherapeuten bei den jährlichen Programmüberprüfungen im Sommer sowie die Durchführung und Auswertung der Prä-Post Analysen und Assessments zur Verletzungsprävention (Screenings)

Die sportpsychologische und die ernährungswissenschaftliche Betreuung der Kaderathleten findet bei den zentralen Lehrgangmaßnahmen im Gruppenformat statt. Pro Kaderstufe und Disziplin sind zwei Gruppenmaßnahmen in der Saison geplant. Dadurch sollen neben der Leistungsfähigkeit auch die Persönlichkeitsentwicklung und die psychische und physische Gesundheit der Athleten gestärkt werden.

Details zur Aufgabenbeschreibung des medizinischen Kompetenzteams bei Lehrgangmaßnahmen können dem Anhang 4 entnommen werden.

2.5.3 Workshops an den Bundesstützpunkten

Die Verbandssportpsychologin und die Verbands-Ernährungsberaterin führen einmal jährlich eine dezentrale Workshop-Reihe an den Bundesstützpunkten durch. Dieses Format richtet sich nicht nur an die Sportler, sondern bezieht auch die Trainer und Eltern mit ein. Es wird angestrebt, die Maßnahme in Kooperation mit den Landeseissportverbänden zu organisieren, um Synergieeffekte zwischen dem Bundeskader- und Landeskaderbereich zu nutzen.

Die aktuelle Workshop-Reihe trägt den Titel „Fair und gestärkt zum Erfolg“ und greift die Themenbereiche Safe-Sport (Trainer- und Athletenverhalten, Grenzziehung) Anti-Doping (Nahrungsergänzungsmittel, das Kontrollsystem), Sportpsychologie (positive Trainingsgestaltung, Selbstwert und Resilienz) und Ernährung (ausgewogene Ernährung, Ernährung vor und im Wettbewerb) auf. Bei vorhandenen Kapazitäten werden weitere Workshops im Online-Format angeboten. In 2021 haben beispielsweise unter dem Titel „Wettkampfstark“ mehrere Online-Workshops zu den Themen Gedankensteuerung, Visualisierung, Rituale und Nervosität unter der Leitung der Verbands-Psychologin stattgefunden.

2.5.4 Sportpsychologische Individualbetreuung

Für PK- und NK1-Athleten steht ein begrenztes Kontingent für individuelle Betreuungsleistungen zur Verfügung. Diese Unterstützung wird seitens der DEU bedarfsgerecht ermittelt. In der Individualbetreuung können Problembereiche bearbeitet, Strategien aus den Gruppenangeboten vertiefend erarbeitet oder neue sportpsychologische Techniken erlernt werden.

Die Verbands-Sportpsychologin ist die erste Ansprechpartnerin für eine individuelle Betreuung. Da im Bereich Sportpsychologie die Akzeptanz und Beziehung zum Sportpsychologen eine wichtige Rolle spielt, steht den NK1- und PK-Athleten grundsätzlich die Wahl der Sportpsychologen frei, sofern diese auf der BISp-Expertendatenbank gelistet sind.

2.5.5 Individuelle Ernährungsberatung

Die Individualbetreuung durch die Verbands-Ernährungsberaterin kann von allen Bundeskader-Sportlern für eine Erst- und Zweitberatung genutzt werden. Eine langfristige Betreuung kann, bei den derzeitig vorhandenen Mitteln nur in Einzelfällen übernommen werden. Weiterführende Maßnahmen müssen im Bedarfsfall mit den OSP oder weiteren qualifizierten Ernährungsberatern koordiniert werden.

2.5.6 Einbindung in das Verletzungsmanagement

Alle Kadersportler sind gemäß ihrer Athletenvereinbarung verpflichtet, im Falle einer Verletzung innerhalb von zwei Tagen die Verletzungsmeldung (Formblatt siehe Anhang 2) inklusive der - bis dahin bekannten - Untersuchungsergebnisse an den Verbandsarzt Dr. Authorsen zu schicken. Bei schwerwiegenden Verletzungen ist eine Kontaktaufnahme zur Verbandspsychologin möglich, um eine akute sportpsychologische Betreuung zu erhalten. Die Ernährungsberaterin kann hinzugezogen werden, wenn das Ernährungsverhalten aufgrund der Verletzung angepasst werden muss.

Grundsätzlich können die Verbandsärzte und Verbandsphysiotherapeuten die Athleten im Rahmen einer Zweitmeinung medizinisch betreuen. Im Bedarfsfall wird der Kontakt aufgenommen und der Austausch mit dem für die Behandlung zuständigen Personal hergestellt. Voraussetzung dafür ist die Unterzeichnung der Entbindungserklärung für die Mitglieder des medizinischen Kompetenzteams, die mit Aufnahme in den Bundeskader an die Athleten verschickt wird.

Weitere Details können der Verfahrensanleitung im Verletzungsfall entnommen werden.

2.5.7 Sportmedizinische Grunduntersuchung

Alle Kadersportler sind zu einer jährlichen sportmedizinischen Grunduntersuchung an einem sportmedizinischen Untersuchungszentrum des DOSB verpflichtet. Bestandteile der Untersuchung von Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufern sind u.a. ein Belastungs-EKG, Blutabnahme, große Orthopädie und leistungsphysiologische Untersuchungen. Die Terminkoordination übernehmen die Bundesstützpunktleiter. Die Ergebnisse werden an Dr. Authorsen zur Information und Kontrolle weitergeleitet. Daraus abzuleitende Maßnahmen erfolgen in Abstimmung zwischen den Verbandsärzten, dem medizinischen Personal vor Ort, den Sportlern, den Heimtrainern und ggf. weiteren Funktionstrainern.

2.5.8 Medizinische Anti-Doping-Fragen

Die Verbandsärzte Dr. Authorsen und Dr. Pfrengle unterstützen als Ansprechpartner für medizinische Anti-Doping-Fragen die Sportler und den Anti-Doping-Beauftragten der DEU. Alle drei Verbandsärzte nehmen min. alle zwei Jahre an einer Fortbildung zum Thema Anti-Doping teil, um die Aktualität des Wissens für den Bereich Anti-Doping zu garantieren.

2.5.9 Mitwirkung in der Trainer Aus- und Fortbildung

Je nach Bedarf wird das medizinische Kompetenzteam in die Traineraus- und Fortbildung integriert. In Vorträgen oder praxisbezogenen Workshops wird die Wissensvermittlung in den einzelnen Kompetenzbereichen im Sinne des Ausbildungscurriculums vom Verbandspersonal unterstützt.

2.5.10 Eigenständige Fortbildungsmaßnahmen

Die Verbandsärzte nehmen mindestens alle zwei Jahre an einer der folgenden Fortbildungsveranstaltungen teil: die Tagung „Sportmedizin im Spitzensport“, die Jahrestagung der Verbandsärzte Deutschland e.V. oder der Deutsche Sportärztekongress der DGSP. Alternativ können andere Fortbildungsveranstaltungen, die die aktuelle Verbotsliste der WADA thematisieren, besucht werden.

Die Verbandsphysiotherapeuten nehmen an regelmäßigen Fortbildungsmaßnahmen zur Verlängerung der DOSB-Lizenz Sportphysiotherapie teil.

Die Verbandssportpsychologin fertigt den jährlichen Betreuungsbericht an, der zur Fortführung der Listung in der BISp-Expertendatenbank anerkannt wird und nimmt an der jährlichen Veranstaltung des DOSB für Sportpsychologen teil.

Die Verbands-Ernährungsberaterin nimmt in regelmäßigen Abständen an Fortbildungsveranstaltungen für ihren Fachbereich teil. Sollte der DOSB wie in den anderen Fachbereichen, auch im Bereich Sporternährung jährliche Fortbildungsveranstaltungen anbieten, wird die Verbands-Ernährungsberaterin an diesen Veranstaltungen teilnehmen.

3 Betreuung an den Bundesstützpunkten

Für die tägliche Trainingsbegleitung der Kaderathleten sind die Angebote der Olympiastützpunkte entscheidend. Das medizinische Kompetenzteams kann diese Aufgabe aufgrund der räumlichen Distanzen und innerhalb der ehrenamtlichen Tätigkeit für die DEU nicht flächendeckend abdecken.

In der folgenden Grafik ist die Betreuungssituation an den fünf Bundesstützpunkten der DEU dargestellt.

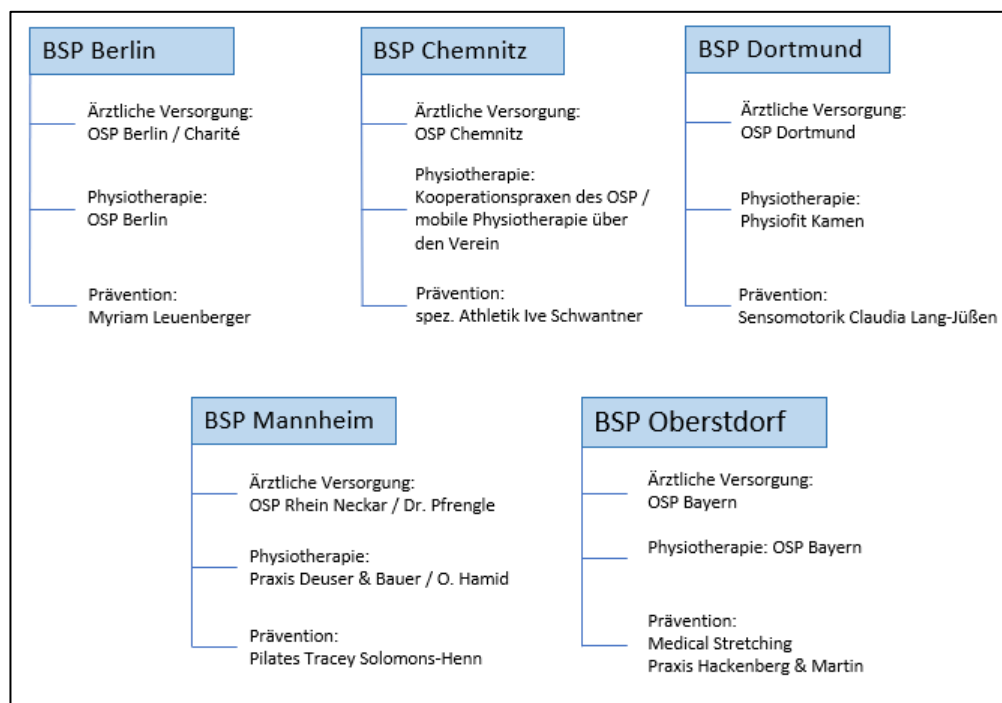


Abbildung 3: Betreuungssituation an den Bundesstützpunkten

3.1 Ärztliche Betreuung

Bei Verletzungen und Beschwerden im täglichen Training stehen für die ärztliche Betreuung an allen fünf Bundesstützpunkten die Kooperationspartner der Olympiastützpunkte zur Verfügung. In Mannheim besteht durch die räumliche Nähe außerdem die Anbindung an die Praxis des Verbandsarztes Dr. Pfrengle.

3.2 Physiotherapeutische Betreuung

Bundeskader

Durch die Leistung der Olympiastützpunkte wird eine präventive und rehabilitative physiotherapeutische Betreuung der Bundeskadersportler (+ ggf. in Einzelfällen Sportler des NK2) am Trainingsstandort im begrenzten Umfang ermöglicht. Für die Belastungssteuerung im täglichen Trainingsprozess stellen sie einen unverzichtbaren Baustein dar. Die optimale Versorgung der Athleten sollte durch kurze Wegzeiten und der flexiblen Integration der Physiotherapietermine im Trainingsplan erfolgen. Aus Sicht der DEU erweisen sich deshalb besonders Kooperationsvereinbarungen der OSP mit externen Physiotherapiepraxen, die eine Versorgung in den Physiotherapieräumen der Eishallen ermöglichen, als zweckmäßig. Es wird als erforderlich erachtet, dass Bundeskadersportlern (OK/PK/NK1) min. 2 Behandlungen pro Woche ermöglicht werden.

Im Prozess der Rehabilitation nach Verletzungen kann das Betreuungspersonal des OSP eine standortnahe Betreuung bereitstellen. Das medizinische Kompetenzteam kann im Bedarfsfall in den Rehabilitationsprozess eingebunden werden, ist zumindest aber über den Verlauf der Genesung in Kenntnis zu setzen (siehe hierzu auch Anlage 1 Verfahren im Verletztenfall).

Landeskader

Da die Belastungssteuerung in der früh spezialisierenden und trainingsintensiven Sportart Eiskunstlaufen eine bedeutende Rolle im langfristigen Leistungsaufbau einnimmt, sind belastungssichernde Maßnahmen bereits vor dem Eintritt in den Bundeskader zu implementieren. Die Herausforderung besteht in diesem Bereich darin, dass die Leistungen der Olympiastützpunkte in der Regel im Landeskaderbereich nicht in Anspruch genommen werden können. Aus diesem Grund muss die physiotherapeutische Betreuung durch Kooperationen der Landeseisssportverbände bzw. privates Engagement der Eltern sichergestellt werden.

Es wird empfohlen, dass NK2-Sportler und Sportler, die nach den DEU Richtlinien in den Landeskader berufen wurden, mindestens 1 Behandlungsmöglichkeit pro Woche erhalten. Die DEU setzt sich deshalb dafür ein, dass finanzielle und/oder personelle Ressourcen – an den OSP bzw. für die Landesfachverbände – bereitgestellt werden, um frühzeitig eine systematische präventive und rehabilitative physiotherapeutische Betreuung aufbauen zu können.

3.3 Sportpsychologische Betreuung

Die Athleten können das sportpsychologische OSP-Angebot an den Bundesstützpunkten nutzen. Gruppenspezifische Maßnahmen werden grundsätzlich von der Verbandssportpsychologin durchgeführt. Für ergänzende Maßnahmen an den Bundesstützpunkten ist die Einbindung der OSP-Sportpsychologen möglich. Details zur inhaltlichen Gestaltung der sportpsychologischen Betreuung sind der Verbandskonzeption Sportpsychologie zu entnehmen.

3.4 Ernährungswissenschaftliche Betreuung

Alternativ zur Zusammenarbeit mit der Verbands-Ernährungsberaterin können die Athleten die Ernährungsberatung des OSP wahrnehmen. Insbesondere die Ernährungs-Checks empfehlen sich für die jungen Athleten im Eiskunstlaufen, um das Ernährungsverhalten auf die Trainingsbelastungen im Eiskunstlaufen abzustimmen. Auch hier werden gruppenbezogene Maßnahmen überwiegend durch die Verbands-Ernährungsberaterin im Rahmen der Lehrgangsmaßnahmen abgedeckt. Aufgrund begrenzter verbandsinterner Ressourcen sind aber, gerade auch in der Individualbetreuung, die Olympiastützpunkte wichtige Ansprechpartner.

Details zur inhaltlichen Gestaltung der ernährungswissenschaftlichen Betreuung sind der Verbandskonzeption Ernährung zu entnehmen.

3.5 Ergänzende Präventionsmaßnahmen

Bundeskader

Maßnahmen zur Belastbarkeitssicherung und zur Verletzungsprävention sind ein wichtiger, aber oftmals vernachlässigter Bestandteil des Off-Ice Trainingsprogramms von Eiskunstläufern. Deshalb werden an den Bundesstützpunkten zusätzliche Off-Ice Präventionseinheiten etabliert. Die Ausgestaltung der Einheiten wird individuell mit den Bundesstützpunkten abgestimmt. Es orientiert sich an den Bedarfen der Sportler und der zur Verfügung stehenden Ressourcen (Bsp.: Pilates, Sensomotorischen Training, Medical Stretching). Eine Ausweitung der Maßnahmen ist zukünftig geplant. Als Orientierungsrahmen dienen folgende Umfänge:

- 1 Einheit pro Woche Yoga, Pilates, Stretching
- 1 Einheit spez. Athletiktraining inkl. Fußgymnastik (Sensomotorik, Essentrics)
- regelmäßige begleitetes Warm-Up / Cool-Down

Die inhaltliche Schwerpunktsetzung ist alters- und disziplinspezifisch vom Fachpersonal festzulegen und kann eine weitere Differenzierung des Angebots erforderlich machen. Die Gruppenmaßnahmen dienen zur Anleitung und Überprüfung und sollen die Athleten zu einem verantwortungsbewussten und eigenverantwortlichen Handeln anregen, sodass Übungen und Maßnahmen gemäß des individuellen Bedarfes (Art, Umfang) in den jeweiligen Trainingsplan übernommen werden.

Ein weiterer Baustein der Präventionsmaßnahmen sind die Prä-/Post-Analysen und Assessments (Physio-Screening) der Verbandsphysiotherapeuten. Durch die Testverfahren können Risikofaktoren frühzeitig erkannt werden und das Verletzungsrisiko minimiert werden. Leistungsreserven sollen erkannt werden und individuelle Trainingskonsequenzen gezogen werden. Für die Disziplin Eistanzen wurde ein eigenes Off-Ice Programm, das der höheren Bedeutung von Tanz und Components gerecht wird, entwickelt. Bestandteil dieses Programms soll zukünftig eine spezielle tanzmedizinische Diagnostik werden, deren Ergebnisse für die Ausgestaltung des täglichen On- und Off-Ice Trainings genutzt werden sollen. Weiterführende Informationen hierzu finden sich im Leistungsdiagnostikkonzept der DEU.

Landeskader

Genauso wie die physiotherapeutischen Behandlungen sind auch die Maßnahmen zur Belastbarkeitssicherung und Verletzungsprävention bereits im Landeskader zu berücksichtigen. Grundvoraussetzung ist auch hier, dass den Landeseisportverbänden zukünftig entsprechende finanzielle / personelle Ressourcen bereitgestellt werden, um diesen Bereich bedienen zu können. Im Rahmen der Möglichkeiten haben einige Landeseisportverbände bereits begonnen, entsprechende Maßnahmen auch für den Landeskaderbereich einzuführen (Bsp. sensomotorisches Training, Medical Stretching, Physio-Screenings). Ziel muss es sein, dass die Maßnahmen an allen Landesstützpunkten bedarfsgerecht angeboten werden.

Anlage 1: Verfahren im Verletztenfall [bei Wettbewerben]

1. Im Falle einer Verletzung ist zur Erstversorgung der Veranstaltungsarzt vor Ort bzw. die mitreisenden Verbandsärzte / -Physiotherapeuten der DEU aufzusuchen.
2. Diese stellen die Diagnose und leiten alle erforderlichen Schritte ein. Sollte die Verletzung zu einem Startverbot oder freiwilligen Verzicht führen, muss das ISU-Withdrawal Formblatt ausgefüllt werden.
3. Das Formular wird an das Organisationskomitee und dann an den Schiedsrichter des Wettbewerbs weitergeleitet.
4. ggf. ist die ISU über die Verbandsärzte im Nachgang über die Ausfallzeit und die bestätigte Diagnose zu informieren.

Hinweis zu Wettbewerben in Deutschland: Die kurzfristige Abmeldung von Athleten kann nur von den Landeseisssportverbänden vorgenommen werden.

5. Nach Rückreise bzw. bei einer Verletzung ist schnellstmöglich ein Arzt zur genauen Diagnose und Behandlung aufzusuchen. Bei der Verschreibung von Medikamenten ist der Arzt auf die Notwendigkeit der Einhaltung der Anti-Doping-Regularien hinzuweisen. Der betreuende Arzt kann sich im Zweifelsfall direkt an die Verbandsärzte oder den Anti-Doping Beauftragten wenden.
6. Bei schwerwiegenderen Verletzungen mit einer längeren Ausfallzeit ist zusammen mit dem Bundestrainer, den Verbandsärzten und dem zuständigen OSP die Return-to-Sports-Planung abzusprechen und Zuständigkeitsbereiche festzulegen.
Die Planung kann sich dabei an den folgenden Phasen orientieren, wobei die inhaltliche Ausgestaltung je nach Verletzungsart und -schwere variiert:

(I) Verletzung

Die Konkretisierung der Verletzung und die möglichen Behandlungsmethoden sollen in enger Abstimmung zwischen dem behandelnden Arzt und den Verbandsärzten erfolgen. Dafür ist eine Kontaktaufnahme des Athleten mit den Verbandsärzten unverzüglich nach einer Verletzung Grundvoraussetzung. Auf der Homepage der DEU ist ein Vordruck für einen Verletzungsreport abrufbar.

(II) Return-to-Activity

In dieser Phase steht die Wiedererlangung der Basisfunktionen, die Aktivierung und Mobilisation im Fokus. Die Betreuung kann über oder zumindest in Abstimmung mit den Verantwortlichen der OSP erfolgen.

(III) Return-to-Sports

Die Wiederaufnahme des sportspezifischen Off- und On-Ice Trainings ist dosiert mit ausgewählten Inhalten (z.B. Laufschule, 1fach/Doppelsprünge) zu gestalten. Wichtig ist die weitere Kooperation mit dem OSP und den Verbandsärzten, um die Belastungssteigerung im richtigen Maß durchzuführen.

(IV) Return-to-Skate

Die vierte Phase ist die letzte Phase vor der Wiederaufnahme des Wettkampfbetriebs. Die Trainingsinhalte kommen einer Wettkampfbelastung nahe. Das Training von Höchstschwierigkeiten kann vorsichtig wieder aufgenommen werden und Programmteile trainiert werden. Kontrolluntersuchungen stellen sicher, dass die Belastungsverträglichkeit gegeben ist.

(V) Return-to-Competition

Die Anforderungen des Eiskunstlaufens sind ohne Einschränkungen zu bewältigen und die Trainingsumfänge und -Intensitäten können in erforderlichem Umfang gestaltet werden. Im engen Austausch mit den Bundestrainern ist die Rückkehr in den Wettbewerbsbetrieb abzuklären.

(VI) Nachbetreuung & Prävention

Die Gefahr einer erneuten Verletzung ist, gerade im ersten Jahr einer Verletzung, erhöht. Deshalb ist auch bei einer vollständigen Genesung der Fokus auf ein spezifisches Begleitprogramm zu legen, um präventiv einer erneuten Verletzung vorzubeugen.

Begleitende Unterstützung

Wenn gewünscht, kann zur psychologischen Unterstützung die Verbands-Psychologin hinzugezogen werden. Die Ernährungsberaterin kann kontaktiert werden, wenn das Ernährungsverhalten z.B. durch eine längere Inaktivität angepasst werden sollte. Die Kontaktdaten der Mitglieder des medizinischen Kompetenzteams sind auf der Homepage unter Gesundheitsmanagement abrufbar. Alternativ kann der Kontakt über den zuständigen Leistungssportreferenten hergestellt werden.

Anlage 2: Formblatt Verletzungsmeldung für Kaderathleten

Bitte bei krankheits- oder verletzungsbedingtem Trainingsausfall ausfüllen und nach Wiederaufnahme des Trainings senden bzw. faxen an:

Dr. Sven Authorsen / E-Mail: sven@authorsen.de

Persönliche Daten: Bitte auf jeden Fall komplett ausfüllen

| | | | |
|--|---|--|---|
| Name: | Vorname: | geb: | Alter: |
| Verein: | Landesverband: | | Kader: |
| Trainer: | | | |
| <u>Momentane Trainingsbelastung</u> | | | |
| ___ Stunden Eistraining / Woche | | ___ Stunden Konditionstraining / Woche | |
| ___ Stunden Ballett / Woche | | ___ Trainingstage / Woche | |
| <u>Momentane Trainingsphase</u> | | | |
| <input type="checkbox"/> Sommertraining | <input type="checkbox"/> Vorbereitungsphase I | <input type="checkbox"/> Vorbereitungsphase II | <input type="checkbox"/> Wettkampfphase |

Teil A: Nur Ausfüllen bei Vorliegen einer Erkrankung (Viruserkrankung, Infekt etc.)

| | | | |
|--|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <u>Symptome</u> | | | |
| Erste Krankheitszeichen sind aufgetreten am (Datum): | | | |
| Sie zeigten sich in Form von: | | | |
| Trainingsunterbrechung erfolgte am (Datum): | | | |
| <i>Diagnose:</i> | | | |
| Therapie: | | | |
| Wurde eine Infektionsprophylaxe durchgeführt? | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Typ I | <input type="checkbox"/> Typ II |
| | <input type="checkbox"/> Nein | | |

Dann bitte weiter mit Teil C

Teil B: Nur Ausfüllen bei Vorliegen einer Verletzung

Verletzungsursache war (z.B. Unfallbeschreibung / drückender Schlittschuh etc.):

Unfalldatum:

Es handelt sich um:

- Trainingsunfall auf dem Eis Sportunfall bei trainingsbegleitenden Maßnahmen
 Schleichende Verletzung (z.B. Knochenhautentzündung) Privater Unfall (z.B. häuslicher Unfall)

Trainingsunterbrechung erfolgte am (Datum):

Diagnostik / Therapie

Erster Arztbesuch am (Datum):

Behandlung erfolgte durch Facharzt für:

Diagnose (bitte Bericht mitschicken):

Welche Untersuchungen wurden durchgeführt (Befund bitte in Kopieform mitschicken)

- Röntgen Ultraschall Computertomographie Kernspintomographie
 Sonstige:

Wurde durch die Verletzung ein stationärer Krankenhausaufenthalt notwendig? ja nein

Therapie

- Operation Gips Zinkleimverband Elast. Verband Salbenverband

Krankengymnastik

- Sonstige (z.B. Ultraschall, Reizstrom, Massage, Fango etc):

Ist diese Verletzung erstmals aufgetreten ja nein

Wenn nein, wann trat sie erstmals auf (Datum):

Teil C: Bitte auf jeden Fall komplett ausfüllen

Wiederaufnahme des Athletiktrainings (Datum):

Wiederaufnahme des Eistrainings (Datum):

Wettkampfabgabe

Mußte wegen der Verletzung ein Wettkampf abgesagt werden? ja nein

Wenn ja, welcher?

Sonstiges:

Datum:

Unterschrift Trainer

Unterschrift des Läufers/der Läuferin
bzw. der Erziehungsberechtigten

Unterschrift Stützpunktleitung

Anlage 3: Anforderungsbeschreibung bei Wettbewerben

Hinweis: Die dargestellten Aufgaben des medizinischen Personals liegen den Anforderungen der ISU aus dem „Medical Guide“ und dem DEU-Standard der „medizinischen Anforderungen bei Wettkämpfen in Deutschland“ zu Grunde.

Aufgabenbeschreibung für das medizinische Personal bei Wettbewerben der DEU in Deutschland

Rahmenbedingungen für das medizinische Personal

Bei allen Trainingseinheiten und Wettbewerben gilt:

- Anwesend: 1x Arzt, 2x Rettungssanitäter (bei der DM) Ansonsten nur Rettungssanitäter
- Das Ärztezimmer muss für die o.g. Personen jederzeit und ausschließlich für Behandlungszwecke vorgehalten werden.
- Das gesamte medizinische Personal muss ähnliche, gut erkennbare Kleidung tragen, dass sie als medizinisches Personal identifiziert.
- Das medizinische Personal stellt sicher, dass bei allen Trainingseinheiten und Wettbewerben Personal an der Eisfläche präsent ist.

Aufgaben vor Veranstaltungsbeginn

- I. Das medizinische Personal stimmt sich mit den Organisatoren des Wettbewerbs ab, welche medizinische Ausrüstung von den Organisatoren gestellt bzw. mitgebracht wird.
- II. Das medizinische Personal kontrolliert, ob das erforderliche Equipment vorhanden, funktionstüchtig und vom gesamten medizinischen Personal bedient werden kann.
- III. Das medizinische Personal prüft, ob die Räumlichkeiten und Flächen den Vorgaben der Punkte 3-6 den Standards der DEU genügen (unter Berücksichtigung der räumlichen Gegebenheiten vor Ort) und leiten entsprechende Nachbesserungen zusammen mit den Organisatoren vor Ort ein.
- IV. Das medizinische Personal stellt sicher, dass alle Medikamente, die auf der „WADA Prohibited List“ stehen, deutlich gekennzeichnet sind und getrennt aufbewahrt werden.

bei internationalen Wettbewerben, die durch die DEU ausgerichtet werden:

- V. Das medizinische Personal überprüft, ob die Formulare „ISU Medical Withdrawal Forms“ „ISU Confidential Medical Reports“ und die aktuelle WADA-Liste der verbotenen Substanzen und Methoden in ausreichender Anzahl vorhanden sind.
- VI. Das medizinische Personal unterstützt bei der Durchführung des „Medical Meetings“ für das medizinische Personal anderer Nationen

Aufgaben während der Veranstaltung

(Verbands-)Ärzte:

- I. Das medizinische Personal stellt sicher, dass die Anforderungen an die Anwesenheit eingehalten werden.
- II. Das medizinische Personal versorgt alle Läufer im erforderlichen medizinischen Rahmen bis zum Transport ins Krankenhaus (wenn nötig). Sie sind in der Lage, schnell, in ausreichender Anzahl und mit entsprechendem Equipment einen verletzten Sportler vom Eis zu retten.
- III. Es ist Equipment zum Notfallmanagement, zur Versorgung von offenen Wunden an oberen und unteren Extremitäten, für Wirbelsäulen- und Kopfverletzungen mitzuführen und entsprechend anzuwenden.
- IV. Das medizinische Personal stellt sicher, dass die „WADA Prohibited List“ beachtet wird und eine mögliche TEU rechtzeitig beantragt wird.

Optional:

- V. Nach individuellen Absprachen mit den Organisatoren, findet eine Versorgung von Zuschauern statt, möglichst in einem extra zur Verfügung stehenden Raum.

Verbandsphysiotherapeuten:

- I. Die physiotherapeutische Betreuung erfolgt in direkter Abstimmung zwischen den Kadersportlern und dem Verbandsphysiotherapeuten anhand der medizinischen Bedarfe und des Trainings- und Wettbewerbszeitplans.

Verbandspsychologin:

- I. Die Betreuung durch die Verbandspsychologin erfolgt ebenfalls in direkter Abstimmung zwischen den Kadersportlern und der Verbandspsychologin und richtet sich ausschließlich an den Bedürfnissen der zu betreuenden Sportler, in Ergänzung wird eine allgemeine Trainings- und Wettbewerbsbeobachtung durch die Verbandspsychologin durchgeführt. Sollte die Verbandspsychologin nicht vor Ort anwesend sein, kann im Bedarfsfall eine Betreuung über Telefon- oder Online-Termine erfolgen.

Aufgaben nach der Veranstaltung

- I. Das medizinische Personal ist dazu verpflichtet, alle Formen von Belästigung und Missbrauch, die beobachtet oder gemeldet werden, an die zuständigen Stellen weiterzuleiten.
- II. Das medizinische Personal stellt sicher, dass alle medizinisch relevanten Formulare an die ISU weitergeleitet werden.

Aufgabenbeschreibung für das medizinische Personal bei internationalen Wettbewerben außerhalb von Deutschland

Rahmenbedingungen für das medizinische Personal

Zwischen dem medizinischen Personal und der DEU wird festgelegt, ob und in welchem Umfang eine medizinische Betreuung bei internationalen Wettbewerben stattfindet (siehe Trainings- und Wettkampfplanung).

Aufgaben im Vorfeld der Wettbewerbsreise

- I. Die Verbandsärzte versenden den Anamnesebogen an alle Teilnehmer & Ersatzteilnehmer und bereiten sich so auf den Einsatz vor (EM, WM). Der Versand erfolgt 14 Tage im Voraus.
- II. Die Verbandsärzte und Physiotherapeuten überprüfen das mitzuführende Material / die mitzuführenden Medikamente und geben in Absprache mit der DEU-Geschäftsstelle evtl. eine Nachbestellung in Auftrag.
- III. Die Verantwortlichen stimmen sich mit der DEU-Geschäftsstelle über die An- und Abreisedaten und das mitzuführende Material (inkl. deren Transport) ab.
- IV. Die Verantwortlichen fragen weitere benötigten Informationen ebenfalls bei der DEU-Geschäftsstelle an.

Aufgaben während der Wettbewerbsreise

Allgemein:

- I. Das medizinische Personal führt einen Nachweis mit, der die medizinische Befähigung bescheinigt und erhält damit eine medizinische Akkreditierung.
- II. Ein Vertreter des medizinischen Teams nimmt am offiziellen „Medical Meeting“ teil.
- III. Bei Wettbewerben, die von einem Arzt und einem Physiotherapeuten begleitet wird, stimmen beide sich über die Zeitplanung vor Ort ab, sodass alle Trainings- und Wettbewerbszeiten mit einer Person abgedeckt werden. Während des Wettbewerbs befindet sich mind. ein Mitglied des medizinischen Teams (Arzt oder Physiotherapeut) an der Eisfläche in der „Medical Station“.
- IV. Bei Wettbewerben, zu denen nur ein Physiotherapeut reist, deckt dieser die Betreuung bei allen Wettbewerbszeiten ab. Die Trainingszeiten werden in Abstimmung mit der Mannschaftsleitung nach den vorhandenen Zeitkapazitäten ebenfalls mit abgedeckt.

Verbandsärzte:

- I. Das medizinische Personal stellt sicher, dass jede durchgeführte Behandlung mittels des „ISU Medical Form“ gemeldet wird.
- II. Bei Bedarf versorgt das mitreisende medizinische Personal die deutschen Sportler ärztlich während der Reise und überwacht etwaig notwendige Medikationen.
- III. Das medizinische Personal stellt sicher, dass die „WADA Prohibited List“ beachtet und eine mögliche TUE rechtzeitig beantragt wird.

Verbandsphysiotherapeuten:

- II. Die physiotherapeutische Betreuung erfolgt in direkter Abstimmung zwischen den Sportlern und dem Verbandsphysiotherapeuten anhand der medizinischen Bedarfe und des Trainings- und Wettbewerbszeitplans.

Verbandspsychologin:

- II. Die Betreuung durch die Verbandspsychologin erfolgt ebenfalls in direkter Abstimmung zwischen den Sportlern und der Verbandspsychologin und richtet sich ausschließlich an den Bedürfnissen der zu betreuenden Sportler, in Ergänzung wird eine allgemeine Trainings- und Wettbewerbsbeobachtung durch die Verbandspsychologin durchgeführt. Sollte die Verbandspsychologin nicht vor Ort anwesend sein, kann im Bedarfsfall eine Betreuung über Telefon- oder Online-Termine erfolgen.

Aufgaben nach der Wettbewerbsreise

- I. Das medizinische Personal ist dazu verpflichtet, alle Formen von Belästigung und Missbrauch, die beobachtet oder gemeldet werden, an die zuständigen Stellen weiterzuleiten.
- II. Das medizinische Personal stellt sicher, dass alle medizinisch relevanten Formulare an die ISU weitergeleitet werden.

Anlage 4: Anforderungen Verbandsmaßnahmen

Allgemeines

Die dargestellten Aufgaben des medizinischen Kompetenzteams bei Verbandsmaßnahmen beziehen sich auf grundsätzlich anfallende Aufgaben. Die konkreten Aufgaben werden pro Maßnahme in den saisonalen Planungsgesprächen individuell abgestimmt.

Aufgaben vor der Maßnahme

- I. Gemäß Einsatzplanung erfolgt die Planung der An- und Abreise zum Lehrgang zwischen der DEU Geschäftsstelle und dem Mitglied des Kompetenzteams
- II. Im Vorfeld findet ein Informationsaustausch zwischen der DEU Geschäftsstelle und dem Mitglied des Kompetenzteams statt, indem folgende Punkte geklärt werden:
 - Übersicht Teilnehmer inkl. erforderlicher Kontaktdaten (z.B. Lehrgangsleitung)
 - mitzuführendes Material (z.B. Behandlungsliege, Medikamente etc.)
 - Raumanforderungen / Raumausstattung am Lehrgangsort
 - Zeitplanung Lehrgang inkl. Betreuungsumfang

Aufgaben während der Maßnahme

Verbandsärzte:

- I. Medizinischer Ansprechpartner vor Ort
- II. ärztliche Behandlungen und Medikamentenvergabe
- III. Begleitung und Beobachtung des Trainings
- IV. Theorieeinheiten zu abgestimmten medizinischen Themen
- V. Kommunikation mit Trainern und Sportlern

Verbandsphysiotherapeuten:

- I. Sportphysiotherapeutische Behandlungen inkl. Präventionsmaßnahmen
- II. Unterstützung beim Warm-Up / Cool-Down
- III. Durchführung von Screeningverfahren
- IV. Theorieeinheiten zu abgestimmten Themen im Bereich Prävention
- V. Begleitung / Beobachtung des Trainings

Verbandspsychologin:

- I. Theorie- und Praxiseinheiten zu sportpsychologischen Themen gemäß Rahmenkonzeption Sportpsychologie
- II. Trainingsbeobachtung
- III. individuelle Gespräche mit Sportlern und Trainern nach Bedarf

Verbandsernährungsberaterin:

- I. Theorie- und Praxiseinheiten zu ernährungsrelevanten Themen gemäß Ernährungskonzeption
- II. individuelle Gespräche mit Sportlern und Trainern nach Bedarf

Aufgaben nach der Maßnahme

- I. Mitarbeit im Qualitätsmanagement: Lob, Kritik, Verbesserungsvorschläge zum Lehrgang im Allgemeinen und Feedback zum eigenen Einsatz
- II. Informationsaustausch mit Heimtrainern, Bundestrainern, Eltern und zuständigen Mitarbeitern der DEU Geschäftsstelle: Gesundheitsstatus der Sportler, Auffälligkeiten während des Lehrgangs, erforderliche Einleitung von medizinischen Maßnahmen
- III. Bei Bedarf Follow-Up Termine mit den Sportlern im Bereich Psychologie, Ernährung; ggf. Erstellung von individuellen Trainingsplänen im Bereich Prävention bzw. Rehabilitation
- IV. Anlassbezogene Kommunikation innerhalb des medizinischen Kompetenzteams zum interdisziplinären Austausch in der Beratung und Betreuung der Sportler
- V. Alle Verantwortlichen des medizinischen Kompetenzteams sind dazu verpflichtet, alle Formen von Belästigung und Missbrauch, die beobachtet oder gemeldet werden, an die zuständigen Stellen weiterzuleiten.

Anlage 5: Checkliste Raumanforderungen

- bei Wettbewerben in Deutschland und Lehrgangsmaßnahmen -

Räumlichkeiten:

- 2 getrennte Räume (1x Arztzimmer, 1x Physiotherapie) mit nahem Zugang zu den Umkleieräumen und den Eisflächen / bei Lehrgangsmaßnahmen 1 Raum
- Die Räumlichkeiten müssen sauber und für die ärztliche Behandlung geeignet sein (kein Teppichboden!)
- Behandlungsräume stehen ausschließlich den Ärzten / Physiotherapeuten zur Verfügung
- Waschbecken mit fließendem warmem und kaltem Wasser
- Die Räume sind abschließbar und das Ärzte-/Physioteam erhält die Schlüssel für die Dauer des Wettbewerbs / der Maßnahme
- Beschilderung Arztzimmer / Physiotherapiezimmer

Ausstattung:

- 2 Behandlungsliegen (1 pro Raum)
- Saubere Decken / Laken für die Behandlungsliegen (min. 2 Stück / Tag)
- Saubere Handtücher (Badehandtuchgröße)
- 2 Tische (je 1 pro Raum)
- 4 Stühle (je 2 pro Raum)
- Telefonliste mit den wichtigsten Nummern: umliegende Krankenhäuser, Notfallpraxen, radiologische Praxen
- Großer Mülleimer + Müllbeutel
- Seife, Desinfektionsmittel, Handschuhe
- Optional (wenn Mobilfunkverbindung nicht möglich): Telefon

Ausrüstung an der Eisfläche bei Wettbewerben:

- Rettungstrage, Rettungsliege (vorzugsweise mit Rädern)
- Vakuummatratze
- Stiffneck

Anlage 6: Medizinisches Informationsblatt

Hinweis: Das medizinische Informationsblatt ist Teil des Informationspakets für alle Kadersportler im Zuge der Berufung des Bundeskaders und Nachwuchskaders 2 zu Saisonbeginn.

(1) Versicherungen für Athleten

Krankenversicherung

Die gesetzliche Krankenversicherung und die freie Heilfürsorge der Bundeswehr gewährleisten die medizinische Grundversorgung. Die Versicherungen kommen im Rahmen der ambulanten und/oder stationären Behandlung für das auf, was medizinisch erforderlich ist. Darüber hinaus anfallende Sonderleistungen, auch wenn sich diese aus den Notwendigkeiten eines Leistungssportlers ergeben, sind hierunter mitunter nicht gefasst. Beispielsweise können wiederholte Rezepte für Krankengymnastik oder Massagen nicht immer ohne weiteres ausgestellt werden. Auch sind bei stationären Krankenhausaufenthalten nur die Basisleistungen abgedeckt. Sonderleistungen wie die freie Arztwahl sind nicht mit abgedeckt. Wir empfehlen daher zu prüfen, eine private Zusatzversicherung abzuschließen, um die bestmögliche Versorgung im Verletzungs- oder Krankenfall sicherzustellen.

Freie Heilfürsorge der Bundeswehr (für Sportsoldaten)

Alle Sportsoldaten unterliegen in ihrer medizinischen Versorgung grundsätzlich der freien Heilfürsorge der Bundeswehr. Das heißt nicht nur, dass die Bundeswehr die Kosten für die ärztliche Betreuung übernimmt, sondern insbesondere auch, dass

1. bei jedem medizinischen Problem zunächst der zuständige Truppenarzt aufgesucht werden muss (zumindest ist der telefonische Kontakt herzustellen)
2. der Truppenarzt entscheidet, ob weitere Untersuchungen und Behandlungen außerhalb seines Bereichs notwendig sind. Hierfür ist vorher die Ausstellung eines entsprechenden Überweisungsscheins erforderlich.
3. alle Verordnungen für Physiotherapie, Hilfs- und Heilmittel sowie Medikamente ausschließlich von einem Bundeswehrarzt ausgestellt werden dürfen.
4. bei erforderlichen Operationen vorher eine Kostenübernahmeerklärung durch den zuständigen Truppenarzt einzuholen ist (mit Ausnahme von akuten Notfällen). Ohne eine Kostenübernahmeerklärung ist die Bundeswehr nicht verpflichtet, anfallende Kosten zu übernehmen.

Auch Sportsoldaten empfehlen wir, den Abschluss einer privaten Zusatzversicherung für sich zu prüfen.

Auslandskrankenversicherung

Auf Grund der Wettbewerbe und Trainingsmaßnahmen, die u.U. auch im EU-Ausland stattfinden, sollte jeder Athlet eine Auslandskrankenversicherung für sich abschließen. Es empfiehlt sich, diese nicht von Reise zu Reise, sondern für das komplette Kalenderjahr abzuschließen. Die Kosten für eine Auslandskrankenversicherung sind sehr gering. Im Zweifel stellt sie aber sicher, dass bei einem verletzten / kranken Athleten die Kosten für die medizinische Versorgung weltweit (nicht nur innerhalb der EU) abgesichert ist. Die Auslandskrankenversicherung sollte dabei unbedingt eine Klausel enthalten, die den Rücktransport nach Deutschland sicherstellt, wenn dieser medizinisch sinnvoll (und nicht medizinisch notwendig) ist.

Reiserücktritts- und Abbruchversicherung

Eine Reiserücktritts- und Abbruchversicherung empfiehlt sich zurzeit auf jeden Fall dann, wenn diese die Kosten für mögliche Quarantäneaufenthalte aufgrund einer Corona-Erkrankung während der Reise abdeckt.

Unfallversicherung

Für alle Kadersportler besteht über die Stiftung Deutsche Sporthilfe bei ihrem Partner der Allianz eine Unfallversicherung. Diese stellt jedoch nur eine Minimalstabsicherung dar, deshalb kann der Abschluss einer zusätzlichen privaten Unfallversicherung sinnvoll sein.

Privathaftpflichtversicherung

Eine Privathaftpflichtversicherung ist nicht gesetzlich vorgeschrieben. Jeder Athlet sollte aber die Absicherung über eine entsprechende Versicherung für sich abwägen. Minderjährige Athleten sind oftmals über ihre Eltern mitversichert, sofern sie eine Versicherung abgeschlossen haben. Da Unfälle auf dem Eis mit anderen Sportlern nicht ausgeschlossen werden können, empfehlen wir den Abschluss einer solchen Versicherung für sich abzuwägen. Ein Augenmerk sollte auf die versicherte Höhe der Personen- und Sachschäden gelegt werden.

(2) Feststellung der allgemeinen Sporttauglichkeit

Sportmedizinische Untersuchung

Die sportmedizinische Untersuchung hilft, frühzeitig gesundheitliche Risiken zu entdecken oder akute Verletzungen zu diagnostizieren. Mögliche Trainingsausfälle können darüber verhindert werden. Jeder Bundeskaderathlet ist verpflichtet, die Untersuchung einmal pro Jahr an anerkannten Untersuchungszentren durchführen zu lassen (das Ergebnis muss bis zum ersten Wettkampf der laufenden Saison vorliegen!). Eine Auflistung der Untersuchungszentren findest Du auf der Seite des DOSB bzw. beim Googeln von DOSB Sportmedizinische Untersuchungszentren. Die Terminierung der Untersuchung erfolgt über die Bundesstützpunkte.

Die Untersuchungszentren handhaben die Weitergabe der Ergebnisse unterschiedlich. Wenn den Athleten selbst die Ergebnisse ausgehändigt werden, bitten wir um Zusendung an die Verbandsärzte.

(3) Verhalten im Verletzungsfall [bei Wettbewerben]

siehe Anlage 1

Anlage 7: Einsatzplanung Medizinisches Kompetenzteam

I) Wettbewerbe

| Disziplin | AK | Wettbewerb | Datum | Ort | Personalbedarf | Personal | Vertretung | Anmerkung |
|------------------|----------|-----------------------------------|-------|-----|---|----------|------------|-------------------|
| August | | | | | | | | |
| Alle | Junioren | Junioren Grand Prix | | | 1x Physio | | | |
| September | | | | | | | | |
| Alle | Senioren | Nebelhorn Trophy | | | 1x Physio, 1x Arzt, 1x Sportpsychologin | | | |
| Oktober | | | | | | | | |
| Alle | Junioren | Junioren Grand Prix | | | 1x Physio | | | |
| Alle | Senioren | Challenger WB | | | 1x Physio | | | |
| November | | | | | | | | |
| Alle | Senioren | NRW-Trophy | | | 1x Physio | | | |
| Einzel+Paar | Senioren | Challenger WB | | | 1x Arzt / Physio | | | |
| Alle | Senioren | Challenger WB | | | 1x Physio | | | |
| Alle | Senioren | Grand Prix | | | 1x Arzt / Physio | | | |
| Dezember | | | | | | | | |
| Alle | Senioren | Deutsche Meisterschaften | | | - | | | nicht förderfähig |
| Alle | Junioren | Deutsche Nachwuchsmeisterschaften | | | - | | | nicht förderfähig |
| Januar | | | | | | | | |
| Alle | Senioren | Europameisterschaften | | | 1x Arzt, 1x Physio | | | |
| Februar | | | | | | | | |
| Alle | Senioren | Olympische Winterspiele | | | 1x Arzt, 1x Physio | | | |
| März | | | | | | | | |
| Alle | Junioren | Junioren-Weltmeisterschaften | | | 1x Arzt, 1x Physio | | | |
| Alle | Senioren | Weltmeisterschaften | | | 1x Arzt, 1x Physio | | | |

II) Lehrgangmaßnahmen

| Disziplin | AK | Maßnahme | Datum | Ort | Personalbedarf | Personal | Anmerkung |
|----------------|----------|---------------------|-------|-----|--|----------|--|
| April | | | | | | | |
| Einzel+Eistanz | Junioren | Athletik-Lehrgang | | | 4x Physio, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Screening EL+ET |
| Mai | | | | | | | |
| Paarlaufen | Alle | Athletik-Lehrgang | | | 1x Physio, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Screening PL |
| Einzelllaufen | Alle | Eislehrgang | | | Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Gruppenworkshops / Einzelberatung |
| Juni | | | | | | | |
| Eistanzen | Alle | Eislehrgang | | | Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Gruppenworkshops / Einzelberatung |
| Juli | | | | | | | |
| Alle | Junioren | Junioren-Monitoring | | | 1x Physio, Sportpsychologin | | Sprechstunde / Behandlung / individuelle Termine |
| Einzelllaufen | Junioren | Eislehrgang | | | 4x Physio, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Screening EL |
| Paarlaufen | Alle | Eislehrgang | | | 1x Physio, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | Screening PL |
| August | | | | | | | |
| Einzel+Paar | Senioren | Senioren-Monitoring | | | 1x Physio, 1x Arzt, Sportpsychologin | | Sprechstunde / Behandlung / individuelle Termine |

III) Trainerfortbildungen

| Disziplin | AK | Maßnahme | Datum | Ort | Personalbedarf | Personal | Anmerkung |
|-----------|----|-------------------------------|-------|--------|---|----------|-----------|
| Alle | - | Trainerfortbildung A-C Lizenz | | Online | 1x Physio, 1x Arzt, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | |
| Alle | - | Trainerfortbildung A-C Lizenz | | Online | 1x Physio, 1x Arzt, Sportpsychologin, Ernährungsberaterin | | |

IV) Sitzung medizinisches Kompetenzteam

| Disziplin | AK | Maßnahme | Datum | Ort | Personalbedarf | Personal | Anmerkung |
|-----------|----|----------|------------|----------|--------------------------------------|----------|-----------|
| - | - | - | 21.08.2021 | Mannheim | gesamtes medizinisches Kompetenzteam | | |