

Noch mehr Gesundheit: Viele aktuelle Berichte finden Sie täglich auf nachrichten.at/gesundheit

Durch die Ballsaison: Wie ungesund sind High Heels wirklich? »Seite 4

OÖNachrichten Gesundheit



MITTWOCH, 7. FEBRUAR 2018

Olympische Medizin

Diese Woche ist der Linzer Jürgen Barthofer zu den Olympischen Spielen nach Südkorea abgeflogen. Seine Disziplin ist die Medizin. Im OÖN-Gespräch erklärt er, was bei grippalen Infekten und bei Knieverletzungen zu tun ist und warum Sportler schneller wieder fit sind. *Von Claudia Riedler*

Dabei sein ist alles. So lautet das olympische Motto. Am besten gesund und unverletzt. Darum kümmert sich in Südkorea der Linzer Unfallchirurg Jürgen Barthofer (43).

Was ist Ihr Job als Chief Medical Officer bei den Olympischen Spielen?

Jürgen Barthofer: Ich bin hauptverantwortlich für alle medizinischen Belange in Rot-Weiß-Rot. Auch wenn Politiker ein medizinisches Problem haben. Ich muss darauf achten, dass keine Dopingmittel unter den Medikamenten sind, und wähle die medizinischen Geräte aus, die wir mitnehmen.

Sie betreuen aber auch die Sportler, oder? Ich bin medizinisch verantwortlich. Das heißt nicht, dass ich alle Athletinnen und Athleten behandle. Die erste Ansprechperson ist der Teamarzt, manche Teams haben aber keinen, dann bin ich zuständig.

Oft machen die Knie Probleme. Sie sind Kniespezialist – ist das Zufall?

Die Aufgabe bei Olympia hat mit meiner Arbeit als Unfallchirurg nur wenig zu tun, da spielt eher meine Erfahrung eine Rolle. Ich bin seit zehn Jahren Teamarzt der Skispringer und zum dritten Mal bei Olympischen Spielen dabei. Man hat es bei sportlichen Ereignissen auch nicht so oft mit Verletzungen zu tun, eher mit Infekten.

Wie behandelt man grippale Infekte bei Spitzensportlern?

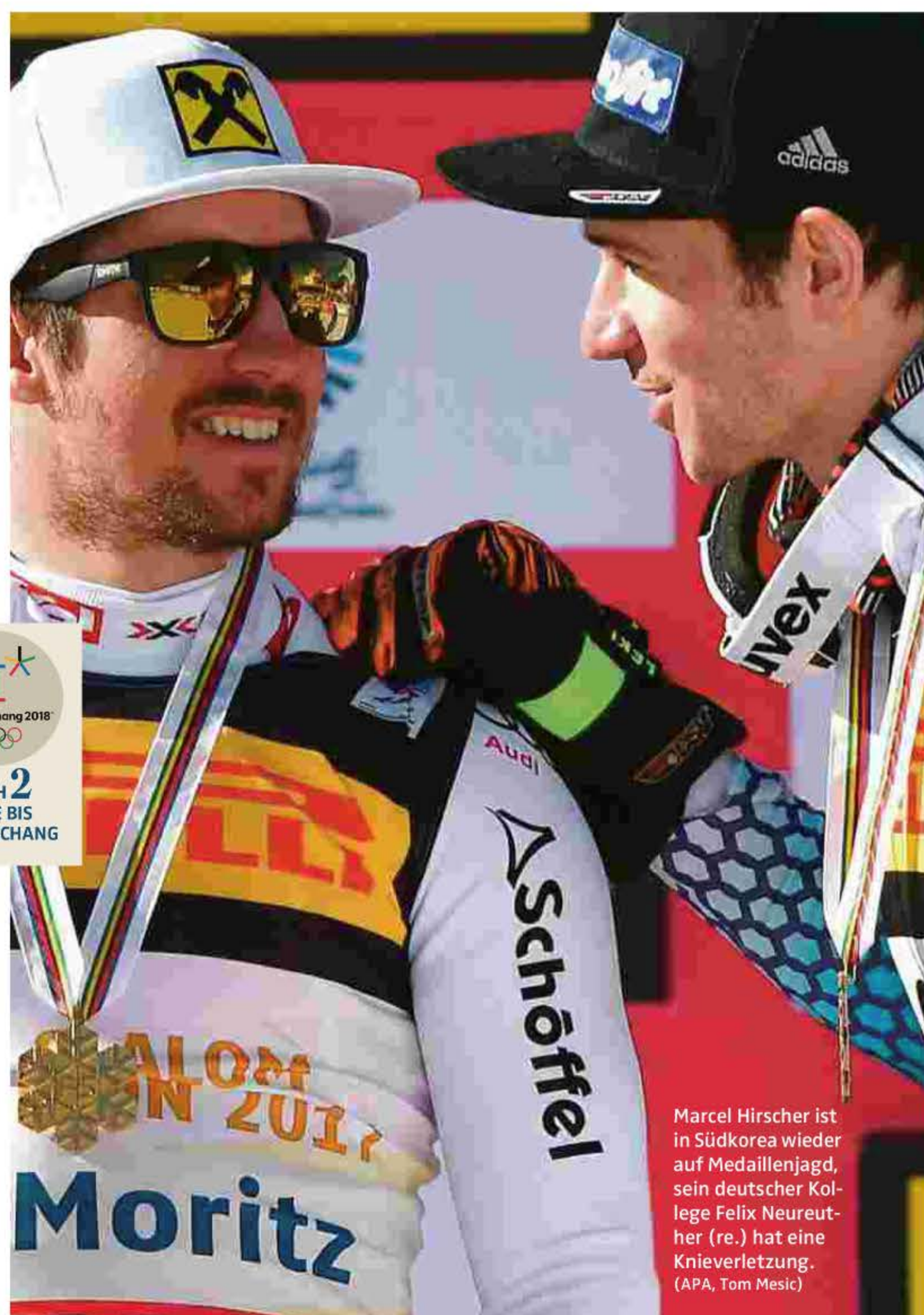
Wir verwenden bewährte Hausmittel wie Inhalieren und Infrarot, außerdem die klassischen Medikamente, und wir arbeiten viel mit Homöopathie, Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln, um den Körper beim Gesundwerden zu unterstützen.

Was die Verletzungen angeht, sind aber doch die Knie am häufigsten betroffen?

Ja, bei den Skifahrern schon. Das betrifft Hobbysportler genauso wie Spitzensportler. Am häufigsten sind Kreuzbandrisse und Verletzungen am Meniskus oder am Seitenband, aber auch Drehbrüche am Unterschenkel. Bei den Snowboardern sind Hand- und Schulterverletzungen häufiger. Das Risiko beim Rodeln wird oft unterschätzt, hier kommt es zu Verletzungen am Kopf, an der Wirbelsäule und im Bereich des Brustkorbs. Beim Eislaufen dominieren Handverletzungen. Am wenigsten passiert beim Langlaufen, das ist also am gesündesten.

Was tun Sportler vorbeugend, um Verletzungen zu verhindern?

Der Unterschied zum Freizeitsportler ist: Sie sind dauernd im Training und haben muskulär und koordinativ ganz andere Fähigkeiten. Die meisten Hobbyskifahrer stellen sich auf die Ski, und los geht's.



Marcel Hirscher ist in Südkorea wieder auf Medaillenjagd, sein deutscher Kollege Felix Neureuther (re.) hat eine Knieverletzung. (APA, Tom Mesic)

Was können Hobbysportler tun, um Verletzungen zu verhindern?

Gute Vorbereitung mit Skigymnastik – das ist fast in Vergessenheit geraten. Wichtig sind Übungen für Kraft und Gleichgewicht. Oft kommt es auch – ohne Sturz – zu Überlastung und zu Schmerzen bei den Sehnenansätzen. Auf der Piste sollte man entsprechend den körperlichen Fähigkeiten fahren.

Sie haben Sportstars behandelt – was ist der Unterschied zu Hobbysportlern?

Die Behandlung ist die gleiche. Marcel Hirscher bekommt die gleiche Kreuzband-OP wie andere auch. In der Reha unterscheiden sich aber die Profis von den Freizeitsportlern. Sie haben ein ganz anderes Körpergefühl und beschäftigen sich oft den ganzen Tag mit der Rehabilitation, während die Hobbysportler das nur nebenbei betreiben.

Also sind sie schneller wieder fit?

Ja. Während ein Spitzensportler nach einer Kreuzband-OP nach sechs bis acht Monaten wieder fit ist, dauert das bei der Normalbevölkerung bis zu zwei Jahre. Laut einer skandinavischen Studie schaffen 70 Prozent der Kreuzband-Operierten nach zwei Jahren wieder 80 Prozent der Leistung.

Wenn Skiurlaub mit Kreuzbandriss endet – was raten Sie aktuell?

Wenn er früh versorgt wird und die Rissform passt, kann man das Kreuzband reparieren. Ist es aber diffus gerissen oder liegt die Verletzung schon länger zurück, wird das Band rekonstruiert. Allen, die diese Führungsstruktur am Knie brauchen, rate ich zur Operation. Das sind etwa Dachdecker, die einen festen Tritt brauchen, oder auch Fußballer. Menschen mit niedrigem sportlichen Anspruch kommen auch ohne OP aus.

Und Kinder?

Da hat sich einiges verändert. Mit entsprechender Technik macht die OP heute keine Probleme beim Wachstum. Es kann aber ohne Operation zu Folgeschäden kommen.



Marcel Hirscher bekäme die gleiche Kreuzband-OP wie andere auch. In der Reha unterscheidet er sich aber von Hobbysportlern.“

■ Jürgen Barthofer, Chefarzt bei den Olympischen Spielen



WERBUNG

AUGENAKADEMIE DER AUGENKLINIK LINZ

■ AUGENLASERN

Worauf man tatsächlich schauen sollte

Vortragender: OA Dr. Mario Kneiff
Mittwoch, 07.02.2018, 17:30 Uhr

Kostenlose Vorträge im Seminarzentrum – Krankenhaus Barmherzige Brüder Linz. Keine Anmeldung erforderlich!



WWW.AUGENAKADEMIE-LINZ.AT