

## ERWACHSENE Erstuntersuchung

**STAMMDATENBLATT**

**UNTERSUCHUNGSDATUM:.....**

Sehr geehrte Sportlerinnen und Sportler, sehr geehrte Kundinnen und Kunden der Sportmedizin!

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen und bemühen uns, Ihnen ein optimales Service zu bieten. Um Ihre Untersuchung in unserem Institut möglichst effizient abwickeln zu können, bitten wir Sie, die folgenden 3 Seiten vor der Untersuchung auszufüllen und zur Untersuchung mitzuführen. Der Zeitaufwand dafür beträgt etwa 10 Minuten. Die Angaben dienen als Basis für ein ärztliches Gespräch. Alle Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Name: .....

Sportart: ..... Verein: .....

**Zustimmungserklärungen (bitte bei einzelnen Punkten JA oder NEIN markieren und dann unterschreiben)**

**JA / NEIN** Ich bestätige die Richtigkeit meiner oben angegebenen Daten.

**JA / NEIN** Ich bin damit einverstanden, dass bei mir die vereinbarten Untersuchungen, inklusive Herz-Kreislauf-Belastungstest, wie am **Informationsblatt auf Seite 3** beschrieben, durchgeführt werden, außer im Laufe der Untersuchung stellt sich heraus, dass ich aus gesundheitlichen Gründen nicht dazu geeignet bin. Ich bin informiert, dass ich während der Untersuchung jederzeit alle mir wichtig erscheinenden Fragen zu Untersuchung oder Untersuchungsergebnissen stellen kann.

**JA / NEIN** Ich erkläre, dass ich die in der Tarifliste „**Gebühreninformation gem. § 45(1) NÖ KAG**“ auf Seite 4 markierten Leistungen zu den dort aufgelisteten Tarifen auf persönlichen Wunsch beanspruche. Mir ist bewusst, dass diese Leistung mit meiner gesetzlichen Krankenversicherung nicht verrechenbar ist und ich selbst für die Kosten aufzukommen habe.

**Datum / Unterschrift:** .....

**Sie haben von unserem Institut erfahren durch**

- Bekannte/Freunde       Trainer       Zeitschrift  
 .....

**Bitte wenden**

## Fragen zu Ihrer Gesundheit

### 1. Was ist der Grund für diese Untersuchung?

.....

### 2. Hatten Sie in letzter Zeit körperliche Beschwerden?

JA (bitte nähere Angaben unten)  NEIN

### 3. Hatten Sie jemals eine Operation? JA NEIN

bei JA bitte Genaueres unten

### 4. Sind Sie bei körperlicher Belastung je bewusstlos

geworden?  JA  NEIN

#### Haben Sie Beschwerden bei körperlicher Belastung, wie...

- Schwindel?  JA  NEIN

- Schmerzen in der Brust?  JA  NEIN

- Ungewöhnlich starke Atemnot?  JA  NEIN

- Extraschläge / Herzrasen?  JA  NEIN

### 5. Haben oder hatten Sie jemals Krankheiten an folgenden Organen:

(Prä)Diabetes (Zuckerkrankheit)

Erhöhter Blutdruck (> 140/90 mmHg beim Hausarzt oder bei Selbstmessungen)

Herz/Gefäße (Herzinfarkt, Schlaganfall etc)

Kopf /Gehirn (z.B. Migräne, Epilepsie etc)

Atemwege, Lunge (zB. Asthma)

Schilddrüse

Verdauungsorgane (Magen, Darm etc.)

Bewegungsapparat (auch Rheuma)

Psyche

Sonstige

### 6. Haben Sie irgendwelche Allergien? JA NEIN

Wenn JA, bitte nähere Angaben unten

### 7. Rauchen Sie? NEIN NOCH NIE FRÜHER

### 8. Trinken Sie Alkohol? JA (ca. ... Glas/Woche)

NEIN

### 9. Konsumieren Sie illegale Drogen? JA NEIN

### 10. Essen Sie eine spezielle Diät? JA NEIN

### 11. Sind Sie mit Ihrem Körpergewicht zufrieden? JA

NEIN

### 12. Nehmen Sie „leistungsfördernde Mittel“? JA NEIN

### 13. Nehmen Sie regelmäßig Medikamente? JA NEIN

Wenn JA, bitte Medikamentenplan bereitstellen

## FÜR FRAUEN:

Nehmen Sie die Pille?  JA  NEIN

Kommt Ihre Regelblutung regelmäßig?  JA  NEIN

## FAMILIENANAMNESE:

Sind in Ihrer engen Verwandtschaft (Eltern, Geschwister) folgende Erkrankungen vorgekommen?

Herzkrankheiten

Hoher Blutdruck

Zuckerkrankheit

Krebs

plötzlicher Herztod

Schlaganfall

Hoher Cholesterinspiegel

andere Erbkrankheit

**Zu den Fragen, die Sie mit JA beantwortet haben, machen Sie hier bitte ggf. genauere Angaben:**

.....  
.....

## Fragen zu Ihrer körperlichen Aktivität bzw. zu Ihrem Training

### 1. Betreiben Sie regelmäßig Sport?

JA, ganzjährig, ..... mal pro Woche seit ca. .... Jahren

..... Stunden pro Woche (durchschnittlich)

NEIN

### 2. Sind Sie in Ihrem Beruf körperlich aktiv?

JA, regelmäßig  JA, gelegentlich  NEIN

### 3. Betreiben Sie Ausdauertraining (laufen, Rad fahren,...)?

JA  NEIN

Welches? .....

### 4. Betreiben Sie Krafttraining (Hanteln, Kraftmaschinen, Gymnastik)?

JA  NEIN

### 5. Was ist Ihr Trainingsziel?

aktiv bleiben

Leistungsfähig verbessern/Wettkämpfe

**Wir danken für Ihre Mitarbeit! (Das Sportmedizin-Team)**

## INFORMATIONEN ZUM UNTERSUCHUNGSABLAUF

Um Ihnen eine Vorstellung zu vermitteln, wie eine sportmedizinische Untersuchung abläuft, hier folgende Informationen:

Wenn Sie zu uns kommen, melden Sie sich bitte im Sekretariat an, geben dort das ausgefüllte Datenblatt ab und ziehen sich in unseren Umkleieräumen die Sportkleidung an.

Wenn bei Ihnen eine Blut- und Harnuntersuchung geplant ist, bekommen Sie einen Becher, um darin eine Harnprobe abgeben zu können. Daher empfiehlt es sich in diesem Fall mit gefüllter Harnblase zur Untersuchung zu kommen.

Weitere Schritte:

- VERMESSUNG von Größe und Gewicht und Bestimmung des Körperfettanteils mit einem Bioimpedanzmessgerät.
- BLUTDRUCK MESSEN mit einer Blutdruckmanschette am Oberarm
- RUHE-EKG: im Liegen. Schmerzlose, ca 5 min dauernde Untersuchung. Die an der Brust angebrachten Saugelektroden können kurzfristig kleine, harmlose rote Flecken an der Haut hinterlassen.
- LUNGENFUNKTIONSTEST: die Nase wird mit einer Klemme verschlossen. Nun wird mit aller Kraft in ein kleines Gerät geblasen (wie wenn man eine Kerze ausbläst), um Volumen der Lunge und Funktion der Atemwege zu messen.
- INTERNISTISCHE und ORTHOPÄDISCHE UNTERSUCHUNG in einem Gespräch mit dem Arzt oder Ärztin, werden Fragen zu Gesundheit und Wohlbefinden, Vorerkrankungen, Operationen, Ernährung, Medikation etc. gestellt. Als Gesprächsbasis dient das abgegebene Datenblatt, um sicherzustellen, dass nichts Wichtiges vergessen wird. Danach folgt eine Untersuchung, bei der Herz und Lunge abgehört werden, in Mund und Rachen geschaut wird, der Bauch abgetastet wird, usw. und schließlich Gelenke und Körperhaltung geprüft werden. Um alles gut beurteilen zu können, wird diese Untersuchung in Unterwäsche oder eng anliegender Sportkleidung gemacht.
- ERGOMETRIE (= Belastungstest): Die Untersuchung soll klären, wie fit Sie sind und wie Herz, Kreislauf und Blutdruck auf Belastung reagieren. Elektroden, die sich an Brust und Rücken ansaugen, überwachen die Herzaktivität. Am rechten Oberarm wird eine Blutdruckmanschette angebracht, um während Belastung den Blutdruck messen zu können. Nun beginnt das Rad fahren oder laufen auf einem Ergometer, mit anfangs leichter und im Lauf der Zeit immer schwerer werdender Belastung. Wichtig ist, immer gleich schnell zu treten und die Belastung so lange wie möglich auszuhalten. Sollten Beschwerden auftreten, wie Schmerzen in Brust, Arm oder Unterkiefer, besonders starke Atemnot, Schwindel, Übelkeit, etc, muss dies mitgeteilt werden. Nach Ende der Belastung werden Sie gebeten, noch einige Minuten ohne Belastung langsam weiter zu treten bzw. zu laufen, damit sich Puls und Blutdruck wieder normalisieren können. Danach werden alle Geräte entfernt und Sie können duschen und wieder das Straßengewand anziehen.  
Diese Untersuchung ist risikoarm. Allerdings können die Elektroden rote Flecken, manchmal sogar kleine Bläschen, auf der Haut hinterlassen, die zwar harmlos, aber manchmal einige Tage lang sichtbar sind. Manchen Menschen wird nach der Belastung schwindlig oder schlecht, wenigen sogar schwarz vor Augen. Diese Symptome einer Kreislaufstörung bessern sich aber meist im Liegen rasch. Um dem vorzubeugen ist es vernünftig, **2 – 3 Stunden vor der Untersuchung ein leichtes Frühstück** einzunehmen. Bei Menschen mit vorbestehenden Herzerkrankungen können durch die Belastung Beschwerden oder auch Herzrhythmusstörungen ausgelöst werden, die zur Diagnose führen und auch vor Ort behandelt werden können. Lebensgefährliche Komplikationen infolge der Belastung sind äußerst selten.
- ABSCHLUSSGESPRÄCH: Arzt oder Ärztin erklärt die Ergebnisse der durchgeführten Untersuchungen.

Falls gewünscht und vorher vereinbart wird außerdem durchgeführt:

- BLUTABNAHME aus der Vene (meist Ellenbeuge).
- LAKTATBESTIMMUNG: während der Belastung wird auf jeder Stufe ein Tropfen Blut aus dem Ohr abgenommen. Damit dies gut funktioniert, wird das Ohr vorher mit einer überwärmenden Salbe eingeschmiert. Die erhobenen Daten ergeben für Trainierende wertvolle Zusatzinformationen zum Muskelstoffwechsel bei Belastung.
- SPIROERGOMETRIE: Mit Hilfe einer Gesichtsmaske wird während der Belastung die Atemluft analysiert. Daraus ergeben sich wertvolle Zusatzinformationen zu Funktion von Herz und Lunge und Stoffwechsel bei Belastung.

**UNTERSUCHUNGSTARIFE SIEHE BITTE „TARIFLISTE“**

## Tarifliste

Sportmedizinische Untersuchung	Tarif
Sportmedizinische Basisuntersuchung	135,00 €
Ärztliche Untersuchung, Körperfett-Messung, Ruhe-EKG, Lungenfunktion	
Belastungsuntersuchung (Laufband oder Fahrrad) inkl. EKG und Blutdruckmessung, Trainings- und Lebensstilberatung	
Sportmedizinische Untersuchung mit Laktat oder Spiroergometrie	181,00 €
Sportmedizinische Untersuchung mit Laktat und Spiroergometrie	229,00 €
Sportmedizinische Untersuchung für Jugendliche bis zum vollendeten 14. Lj., sowie Schülerinnen/ Schülerm, Lehrlinge, Studentinnen/ Studenten	99,00 € (29,00 € mit Gutscheinen Land NÖ)
Tauchmedizinische Untersuchung	135,00 €
Höhenmedizinische Untersuchung (mit Spiroergometrie)	181,00 €

## Einzeleistungen

Basislabor (Harnstreifen, Glukose, LDL-Chol., Triglyceride, hsCRP, GGT, Krea, Harnsäure)	25,00 €
Präventivmedizinisches Labor (Harnstreifen, Glukose, HbA1c, LDL-Chol., Lp(a), hsCRP, GGT, Krea, Harnsäure)	41,00 €
Herzultraschall	111,00 €
Laktatstufentest im Verlauf (nach sportmedizinischer Basisuntersuchung)	94,00 €
Vertiefte sportmedizinische Beratung (durch Sportwissenschaftlerinnen/Sportwissenschaftlern)	54,00 €
Trainingsplanerstellung detailliert (durch Sportwissenschaftlerinnen/Sportwissenschaftlern)	94,00 €

## Medizinische Trainingstherapie

Sportmedizinische Eingangsuntersuchung mit Spiroergometrie	181,00 €
Kombiniertes Ausdauer- und Krafttraining 10 Einheiten	203,00 €