

**ERWACHSENE Folgeuntersuchung**

**STAMMDATENBLATT**

**UNTERSUCHUNGSDATUM:.....**

Sehr geehrte(r) Sportler(in), sehr geehrte(r) IPAS Kund(e)in!

Wenn Sie innerhalb der letzten 2 Jahre bei uns eine Untersuchung gemacht haben, füllen Sie bitte dieses Blatt aus. Andernfalls füllen Sie bitte das Blatt „ERWACHSENE Erstuntersuchung“ aus. Die Angaben dienen als Basis für ein ärztliches Gespräch. Alle Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Name: .....

Adresse: .....

Telefon / Fax / Mobil / e-mail: ...../...../...../.....

Sozialversicherungs-Nr./Geb.-Datum: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Krankenkasse: .....

Beruf:..... Hausarzt: .....

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 Krankenversicherung nicht verrechenbar ist und ich selbst für die Kosten aufzukommen habe. Ich weiß, dass ich die Leistung auch dann zu bezahlen habe, wenn die Belastungsuntersuchung aus gesundheitlichen Gründen vorzeitig abgebrochen werden muss.

**JA / NEIN** Ich erkläre mich ausdrücklich damit einverstanden, dass die Untersuchungsergebnisse / Leistungsdiagnostischen Daten / an den Verein, Trainer ..... übermittelt werden.

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

**Bitte wenden**

# Fragen zu Gesundheit, Lebensstil und Bewegungsverhalten

Wenn Sie Fragen mit **JA** beantworten, geben Sie bitte genauere Angaben am Ende der Seite

- 1. Was ist der Grund für die heutige Untersuchung?  
.....
- 2. Hatten Sie in letzter Zeit oder haben Sie derzeit gesundheitliche Probleme?  JA  NEIN  
Wenn ja, bitte nähere Angaben am Ende der Seite
- 3. Hatten Sie Krankheiten, Unfälle oder Operationen seit der letzten IPAS Untersuchung?  JA  NEIN  
Wenn ja, bitte nähere Angaben am Ende der Seite
- 4. Haben Sie irgendwelche Allergien?  JA  NEIN  
Wenn JA, bitte nähere Angaben (Wogegen, Art der Beschwerden) am Ende der Seite
- 5. Haben Sie Ihr Eß-/Trink-/Rauchverhalten verändert?  JA  NEIN
- 6. Nehmen Sie regelmäßig Medikamente?  JA  NEIN  
Wenn ja, welche?.....  
.....  
.....
- 7. Sind Ihre Impfungen am letzten Stand?  JA  NEIN
- 8. Hat sich Ihr Bewegungsverhalten/Training seit der letzten IPAS Untersuchung verändert?  JA  NEIN
- 9. Haben Sie infolge der letzten IPAS Untersuchung etwas an Ihrem Lebensstil verändert?  JA  NEIN
- 10. Haben Sie neue sportliche / gesundheitliche Ziele?  JA  NEIN

## FÜR FRAUEN:

- 11. Nehmen Sie die Pille?  JA  NEIN
- 12. Kommt Ihre Regelblutung regelmäßig?  JA  NEIN
- 13. Sind Sie derzeit schwanger?  JA  NEIN
- 14. Hatten Sie bereits Schwangerschaften?  JA  NEIN

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

.....  
.....  
.....  
.....

Welche weiteren Fragen hätten Sie nach dieser Untersuchung gerne beantwortet?

.....  
.....  
.....  
.....

Wir danken für Ihre Mitarbeit.

Das IPAS 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.
- BLUTDRUCKMESSEN 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 der 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, 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, 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, übergibt und erklärt den Befund.

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“**