



Die Sporttauglichkeitsuntersuchung

Sinn und Zweck

Wer einen Sport ausübt, der lebt nachweislich gesünder. Und das gilt auch schon für Kinder.

- Die Bewegung verhindert zunächst einmal eine übermäßige Gewichtszunahme.
- Zudem fördert Bewegung das Wachstum der Muskulatur.
- Darüber hinaus trägt Sport auch zu einem gesunden Knochenwachstum bei.

Doch außergewöhnliche oder ungewohnte sportliche Aktivitäten können sich auch negativ auf die Gesundheit des Kindes auswirken. Das ist vor allem dann der Fall, wenn die gesundheitliche Konstitution des Kindes nicht optimal ist.

- So können sich bestimmte Sportarten, wenn sie bei einer vorliegenden orthopädischen Einschränkung ausgeübt werden, zum Beispiel negativ auf die weitere Entwicklung auswirken.
- Auch unerkannte Herz-Kreislaufkrankungen können beim Sport gefährlich werden. Denn nicht nur bei Erwachsenen kann es unter Belastung zum plötzlichen Herztod kommen, auch Kinder können, wenn sie entsprechende Vorerkrankungen mitbringen, davon betroffen sein.

Daher ist es enorm wichtig, dass ein Arzt vor einer neuen körperlichen Belastung (zum Beispiel Eintritt in einen Sportverein oder auch vor dem Schulsport) die uneingeschränkte Tauglichkeit feststellt. Ist das nicht der Fall, und liegen gesundheitliche Einschränkungen beim Kind vor, dann kann der Arzt zum Beispiel eine Sportbefreiung für den Schulsport ausstellen. Je nach Art und Ausprägung der gesundheitlichen Einschränkung kann diese Befreiung auch auf bestimmte sportliche Aktivitäten beschränkt sein.

Was wird untersucht?

Die Untersuchung für die Feststellung der Sporttauglichkeit ist relativ umfangreich. Zunächst einmal wird im Rahmen der Untersuchung der allgemeine Gesundheits- und Entwicklungsstand des Kindes erfasst. Dann werden bereits bekannte Erkrankungen dokumentiert.

Organe checken

Um den Gesundheitsstatus des Kindes zu erfassen, werden

- das Herz
- die Lunge und
- der Bauch

untersucht.

- Die Lunge und das Herz werden abgehört.
- Darüber hinaus werden Puls und Blutdruck gemessen.

- **Zusätzlich wird ein Ruhe-EKG (Elektrokardiogramm) angefertigt, um eine eventuelle Herzschwäche oder Herzrhythmusstörungen beim Kind auszuschließen.**

Die Funktion der Lunge wird mithilfe einer Spirometrie überprüft. Bei diesem Lungenfunktionstest wird mit dem Spirometer die Menge der ein- und ausgeatmeten Luft gemessen. Zudem erfasst das Gerät die Kraft, mit der die Luft ein- und ausgeatmet wird.

Ausgehend von den ermittelten Werten kann der Arzt feststellen, ob die Lunge entsprechend des Alters, der Körpergröße und des Geschlechts entwickelt ist.

Im weiteren Verlauf der Untersuchung werden auch das Blut und der Urin des Kindes untersucht. Diese Untersuchungen sollen unter anderem sicherstellen, dass keine entzündlichen Veränderungen im Körper vorliegen.

Untersuchung der Wirbelsäule

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Sporttauglichkeitsuntersuchung ist die Begutachtung des Bewegungsapparates und der Wirbelsäule. Bei der Untersuchung wird unter anderem die Körperhaltung begutachtet. Das bezieht sich auf die Wirbelsäule, die Extremitäten und die Hüfte.

Da es gerade bei Kindern häufig zu enormen Wachstumsschüben kommt, ist es im Grunde nicht ungewöhnlich, dass sich der Körper nicht symmetrisch entwickelt. Liegen jedoch auffällige Abweichungen vor, dann kann sich das durch die Ausübung einer sportlichen Aktivität noch verschlimmern oder zu erheblichen Spätfolgen führen.

Orthopädische Einschränkungen sind in den meisten Fällen jedoch kein Grund für den vollständigen Verzicht auf Sport. Es geht lediglich darum zu verhindern, dass ein bestimmter Sport die Entwicklung des Bewegungsapparates negativ beeinflusst. Ergänzend dazu kann der Arzt eine orthopädische Behandlung empfehlen, die eine eventuell vorhandene Entwicklungsstörung des Bewegungsapparates erfolgreich therapieren kann.

Zusätzlich zu den regulären Untersuchungen zur Feststellung der Sporttauglichkeit, können noch weitere Untersuchungen durchgeführt werden. Diese Untersuchungen sind jedoch vor allem für Kinder angedacht, die bereits ein bestimmtes Leistungslevel besitzen und neue, größere sportliche Herausforderungen annehmen möchten.

- **In diesem Rahmen wird zum Beispiel die Herzfunktion unter Belastung (Belastungs-EKG) untersucht**
- **Auch Lactattests (um die Leistungsfähigkeit der Muskeln festzustellen) und Test im Freien (Laufen, Radfahren, Langlauf) können einen noch genaueren Aufschluss über den Gesundheits- und Leistungsstand des Kindes geben.**

Wer trägt die Kosten für die Sporttauglichkeitsuntersuchung?

Zwar geht es bei der Sporttauglichkeitsuntersuchung darum, gesundheitliche Erkrankungen frühzeitig zu erkennen und dadurch Risiken und Folgen durch die Ausübung eines Sports zu minimieren, allerdings werden die Kosten für die Untersuchung von den meisten gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen.

Trotz allem kann es sich lohnen, bei der Krankenkasse einmal nachzufragen. Die Höhe der Kosten für das reguläre Gutachten beträgt bei Kindern im Vor- und Grundschulalter etwa 20 Euro.

Quelle:

http://www.paradisi.de/Health_und_Ernaehrung/Heilberufe/Kinderaerzte/Artikel/24305.php#Die_Sporttauglichkeitsuntersuchung