



MEDIEN-INFORMATION

3. Juni 2021

Innovatives Kraftgerät unterstützt Olympioniken und weitere Sportler

- **Sportmedizin des Uniklinikums erweitert Gerätepark.**
- **Computergestütztes, isokinetisches Kraftgerät gilt als „Goldstandard“ der Kraftdiagnostik im Leistungssport.**
- **Olympiastützpunkt Sachsen vermittelt Gelder aus der Sonderförderung des Innenministeriums an Sportmedizin.**

Im Rahmen eines Sonderförderungsprojekts des sächsischen Innenministeriums kann die Abteilung für Sportmedizin und Rehabilitation am Universitäts-Centrum für Orthopädie, Unfall- und Plastische Chirurgie (OUPC) des Universitätsklinikums Carl Gustav Carus Dresden ihren Gerätepark ausbauen: Das in diesem Rahmen finanzierte Kraftmessgerät erweitert die Möglichkeiten, ambitionierte Sportler – vom Freizeitathleten bis zum Olympiateilnehmer – beim Training individuell zu betreuen. Mit dem neuen Gerät bietet die Sportmedizin des Uniklinikums neben der ausgefeilten computergestützten, isokinetischen Diagnostik auch die Möglichkeit, individuelle Trainingseinheiten mit dem Schwerpunkt auf die unteren Extremitäten zu absolvieren. Als einer der ersten Nutzer des Kraftgeräts profitiert davon der Bob-Doppel-Olympiasieger Francesco Friedrich.

„Die gezielte wie präzise Diagnostik ist nicht nur im Leistungssport eine verlässliche Basis, die eigene Leistung zu steigern, Verletzungen zu vermeiden oder nach einer Pause wieder ins Training einzusteigen. Mit dem neuen Kraftgerät haben leistungsorientierte Sporttreibende nun die Möglichkeit, noch exaktere Informationen über ihr körperliches Potential zu erhalten und sich entsprechend ihrer Ziele beraten zu lassen“, sagt Prof. Alexander Disch, Koordinator Sportmedizin am OUPC. Zudem kann die neu angeschaffte „Legpress Athletic“ im Dresdner Uniklinikum für ein individuelles Training genutzt werden. „Das Gerät sorgt im Bereich der unteren Extremitäten dafür, dass die Muskulatur durch Maximalkraft und Schnelligkeitstraining individuelle Reize erhält. Das ist in anderen Trainingssituationen so nicht umsetzbar. Auf diese Weise ist es möglich, die Leistungsfähigkeit hocheffizient zu verbessern“, ergänzt Sportwissenschaftler Philipp Flöbel.

Universitätsklinikum
Carl Gustav Carus Dresden
an der Technischen
Universität Dresden
Anstalt des öffentlichen Rechts
des Freistaates Sachsen

ukdd.de

facebook.com/ukdresden
twitter.com/medizin_tud
instagram.com/ukdresden

Pressesprecher

Holger Ostermeyer
T +49 351 458-4162
M +49 162 2550899
F +49 351 458-884162
pressestelle@ukdd.de

Postanschrift:

01304 Dresden

Hausanschrift:

Fetscherstraße 74
01307 Dresden
Haus 2
Zimmer 207





Der „Goldstandard“ für die Kraftdiagnostik im Leistungssport

Während sich international erfolgreiche Kaderathletinnen und -athleten in früheren Jahren vor allem zur jährlichen Gesundheitsuntersuchung und zur Leistungsdiagnostik in der Abteilung für Sportmedizin und Rehabilitation des OUPC vorstellten, zeichnet sich nun ein Umdenken ab. Dies ist auch an dem deutlich erweiterten Leistungsangebot ablesbar. Inzwischen überprüft die Sportmedizin des Dresdner Uniklinikums ganz gezielt auch die Kraft einzelner Muskelgruppen ambitionierter Sporttreibender und berät sie und ihre Trainerstäbe aus medizinischer und trainingswissenschaftlicher Sicht. Mehrfach im Jahr vorgenommene Leistungsdiagnostiken einschließlich der Kraftmessungen geben direkte Rückkopplungen über den Trainingserfolg sowie den aktuellen Leistungszustand der Athletinnen und Athleten. Das neue auf Vermittlung des Olympiastützpunkts Sachsen mit Sonderfördergeldern des sächsischen Innenministeriums angeschaffte Kraftgerät „Legpress Athletic“ wird im ersten Schritt vorrangig im Bobsport eingesetzt. Die Anregungen für die Anschaffung sowie den Standort in der Sportmedizin des Uniklinikums gaben die weltweit führenden Bobsportler um Doppel-Olympiasieger und Doppelweltmeister Francesco Friedrich. „Wir sind dankbar, dass das Sächsische Innenministerium diesen Wunsch aufgegriffen hat und auf diese Weise die Vorbereitung der Wintersportler auf Peking 2022 unterstützt“, sagt Thomas Weise, Leiter des Olympiastützpunkts Sachsen.

Die in den ersten Einsatzmonaten des Kraftgeräts gewonnenen Erkenntnisse bilden die Basis für den Transfer auf Spitzenathleten anderer Sportarten – insbesondere in den Disziplinen Shorttrack, Eisschnelllauf, Rudern, Leichtathletik, Biathlon, Skilanglauf und Nordische Kombination. „Die Gesundheit ist die grundlegende Basis für sportliche Höchstleistungen. Deshalb ist es wichtig, dass insbesondere Spitzensportler in einem medizinischen Setting auf universitärem Niveau betreut werden. Mit dem Bereich Sportmedizin und Rehabilitation verfügt das OUPC über ein interdisziplinär und interprofessionell hervorragend aufgestelltes Team zur umfassenden sportärztlichen Versorgung der Athleten im Hochleistungssport“, sagt Prof. Klaus-Dieter Schaser, Medizinischer Direktor des OUPC. Als lizenziertes Untersuchungszentrum des Deutschen Olympischen Sportbunds (DOSB) bietet die Sportmedizin eine Diagnostik auf höchstem Niveau. Ziele sind Prävention und Rehabilitation der Gesundheit von Leistungssportlern aller Altersklassen. Dazu gehören Leistungsdiagnostik sowie Beratung und Betreuung einschließlich einer medizinischen Behandlung. Von der dazu notwendigen Expertise profitieren auch Freizeitsportler sowie Patienten des Dresdner Uniklinikums.



Die nun in der Sportmedizin verfügbare „Legpress Athletic“ stellt innerhalb der deutschlandweit flächendeckenden Struktur der bundesdeutschen Olympiastützpunkte aktuell den Goldstandard für die Kraftdiagnostik dar und wird in einigen der Stützpunkte bereits eingesetzt. Das Gerät ermöglicht eine standardisierte dezentrale Diagnostik und unterstützt damit flächendeckend das Training im deutschen Spitzensport. Auch beim Wechsel des Trainingsorts lässt sich die Vergleichbarkeit von Testwerten sicherstellen, um Diagnostik und das daraus abgeleitete individuelle Training auf dem bisherigen Niveau weiter aufrecht zu erhalten. Jedoch nutzen nur wenige Olympiastützpunkte das Gerät auch zum strukturierten Training. Der OSP Sachsen – und damit die kooperierende Abteilung für Sportmedizin und Rehabilitation am OUPC – ist einer der wenigen Standorte, an denen die isokinetischen Kraftgeräte zusätzlich für das regelmäßige Training im Bereich der Topathleten eingesetzt werden.

Neben der robusten, auf die hohen Kräfte der Spitzensportler ausgerichteten Konstruktion des „Legpress Athletic“ spielt das integrierte Computersystem eine wichtige Rolle. Es ermöglicht gut kontrollierbare Trainingseinheiten, in dem es die Position der zu testenden oder trainierenden Person ebenso abspeichert wie die Messdaten. Auf diese Weise lassen sich bei Folgeterminen die Positionen schnell und einfach wiedereinstellen, sodass Tests und Trainings optimal reproduzierbar sind.

Auch wettkampforientierte Freizeitsportlerinnen und -sportler profitieren

Ebenfalls angedacht ist es, das Kraftgerät bei Diagnostik und Training im Bereich des ambitionierten Freizeitsportbereichs einzusetzen. Dank des Know-how-Transfers aus dem Spitzensport lässt sich auch das Training für wettkampforientierte Läufer, Radsportler und Triathleten optimieren. „Neben der Ausdauerdiagnostik empfiehlt es sich gerade für ambitionierte Radfahrer und Läufer, die regelmäßig an Wettkämpfen teilnehmen, eine Kraftdiagnostik vornehmen zu lassen. Sie ermöglicht weitere Einblicke bezüglich des momentanen Leistungsniveaus, hilft Leistungsreserven aufzudecken und kann trainingssteuernd genutzt werden“, sagt Philipp Flößel. Der im Bereich Sportmedizin und Rehabilitation des OUPC tätige Sportwissenschaftler nennt als Beispiel das gezielte Krafttraining. Damit lassen sich die Trittdynamik ökonomisieren, muskuläre Defizite oder Dysbalancen frühzeitig ausgleichen oder die Wettkampfgeschwindigkeiten deutlich steigern. Zudem kann die Sportmedizin Sportlern mit Hilfe des Kraftgeräts Tipps zur Strukturierung ihrer Trainingsaison geben. Ein Beispiel dafür ist die Variation der Trainingsumfänge und -inhalte im Saisonverlauf. Auf diese Weise werden immer wieder neue Anpassungsimpulse ausgelöst. Der Anteil von unspezifischem Ausgleichstraining wie Kräftigung und Koordinations-Techniktraining dagegen lässt sich besser in den



Wintermonaten intensivieren, um in den Sommermonaten von einer möglichst breiten Leistungsanlage profitieren zu können.

Kontakt für Journalisten

Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden

UniversitätsCentrum für Orthopädie, Unfall- und Plastische Chirurgie (OUPC)

Abteilung für Sportmedizin und Rehabilitation

Ärztliche Leiterin: Dr. Heidrun Beck

Leitung Funktionsbereich Kraft: Philip Flößel

Telefon: 0351 458 59 78

philipp.floessel@uniklinikum-dresden.de

www.uniklinikum-dresden.de/oupc/sportmedizin

www.uniklinikum-dresden.de/gyn **Die Deutschen Universitätsklinika**



**DIE DEUTSCHEN
UNIVERSITÄTSKLINIKA®**
Wir sind Spitzenmedizin

sind führend in der Therapie komplexer, besonders schwerer oder seltener Erkrankungen. Die 34 Einrichtungen spielen jedoch als Krankenhäuser der Supra-Maximalversorgung nicht nur in diesen Bereichen eine bundesweit tragende Rolle. Die Hochschulmedizin ist gerade dort besonders stark, wo andere Krankenhäuser nicht mehr handeln können: Sie verbindet auf einzigartige Weise Forschung, Lehre und Krankenversorgung. Die Uniklinika setzen federführend die neuesten medizinischen Innovationen um und bilden die Ärzte von morgen aus. Damit sind "Die Deutschen Universitätsklinika" ein unersetzbarer Impulsgeber im deutschen Gesundheitswesen. Der Verband der Universitätsklinika Deutschlands (VUD) macht diese besondere Rolle der Hochschulmedizin sichtbar. Mehr Informationen unter: www.uniklinika.de

Spitzenmedizin für Dresden: Uniklinikum in deutschem Krankenhaus-Ranking unter den TOP 5

Deutschlands größter, im Oktober 2020 zum neunten Mal erschienener Krankenhausvergleich des Nachrichtenmagazins „Focus“ bescheinigt dem Universitätsklinikum Carl Gustav Dresden (UKD) eine hervorragende Behandlungsqualität. Die Dresdner Hochschulmedizin erreichte in diesem Jahr Platz vier im deutschlandweiten Ranking. Dies ist ein weiterer Beleg für die überdurchschnittliche Qualität der 21 Kliniken des UKD. Eine Vielzahl an Ärzten hatten Kliniken aus ganz Deutschland beurteilt. Hinzu kommen Qualitätsberichte der Kliniken sowie Patientenumfragen der Techniker Krankenkasse.

40 Krankheitsbilder wurden beim Focus-Vergleich für 2021 bewertet. Dabei schaffte es das Dresdner Uniklinikum mit 28 Indikationen in die Auflistung, für 19 Krankheitsbilder bietet das Uniklinikum eine Versorgung in der Spitzengruppe an. Top-Noten gab es für folgende Kliniken: Frauenheilkunde und Geburtshilfe (Risikogeburten, Brustkrebs, Gynäkologische Krebserkrankungen), Dermatologie (Hautkrebs), Viszeral-, Thorax- und Gefäßchirurgie (Darmkrebs, Gallenblasen-Operationen), Medizinische Klinik I (Darmkrebs), Neurochirurgie (Hirntumoren), Urologie (Prostatakrebs), Medizinische Klinik III (Diabetes), Psychotherapie und Psychosomatik (Angststörungen, Depression, Psychosomatik), Psychiatrie und Psychotherapie (Depression), Neurologie (Parkinson, Schlaganfall, Multiple Sklerose), UniversitätsCentrum für Orthopädie, Plastische und Unfallchirurgie (Endoprothetik, Wirbelsäulenchirurgie, Unfallchirurgie, Plastisch-Rekonstruktive Chirurgie).