

Gesundheit und Tennis im Kindes- und Jugendalter

Von Prof. Winfried Banzer / Andreas Rosenhagen Herr Prof. Winfried Banzer ist Professor für Sportmedizin an der Goethe-Universität Frankfurt am Main. Er hat neben Medizin auch ein sportwissenschaftliches Studium absolviert. Als Sportmediziner betreut er seit vielen Jahren Tennisspieler auf der ganzen Welt wie z.B. Profis auf dem Deutschen Davis-Cup Team und andere Topspieler.

Abteilung Sportmedizin, J.W.Goethe-Universität Frankfurt/Main
Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung www.sportmedizin.uni-frankfurt.de

Einleitung

Aufgrund der großen Popularität des Tennissports rücken gesundheitlich-präventive Aspekte besonders auch bei jungen Sportlern zunehmend in den Fokus des Interesses. Vor dem Hintergrund potenzieller Sportschäden z. B. durch Überlastung, Verletzung oder innere Erkrankungen, empfehlen Sportmediziner daher eine altersübergreifende Sparteingangsuntersuchung vor der Aufnahme regelmäßiger sportlicher Aktivitäten.

Neben der gesundheitlichen Vorsorge bieten solche Untersuchungen zudem die Möglichkeit, frühzeitig auf das Vermeiden zivilisatorisch bedingter Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems, des Stoffwechsels und des Bewegungsapparates hinzuwirken. Die Belastungen im Tennis können sehr leicht zu Asymmetrien des Bewegungsapparates führen. Die sportmedizinische Untersuchung im Kindesalter ist daher eine Chance, frühzeitig Fehlentwicklungen zu erkennen und eine langfristig erfolgreiche Sportkarriere zu ermöglichen.

Die sportmedizinische Untersuchung für Kinder und jugendliche Tennisspieler besteht aus folgenden Schwerpunkten:

1. ausführliche, checklistengestützte Erhebung der gesundheitlichen Historie, genaue Analyse der sportlichen Aktivität
2. gezielte Vorsorgeuntersuchung des Herz-Kreislauf-Systems und
3. eingehende Diagnostik des passiven und aktiven Bewegungsapparats.

Anamnese

Ausgehend von der aktuellen Gesundheitslage wird auf vorbestehende oder abschließend behandelte Erkrankungen des Bewegungsapparats, des Herz-Kreislauf und des Atemsystems eingegangen.

Schwindel, Brustschmerzen und inadäquate Atemnot sind Symptome kardialer Erkrankungen. Husten, erschwerte Atmung und vermehrte Schleimbildung bei Sport und Training können auf ein Belastungsasthma hindeuten.

Des Weiteren ist die Abklärung psychischer (auch sportassoziierter) Belastungen, vegetativer Störungen und rezidivierender insbesondere belastungsabhängiger Schmerzen notwendig.

Die Familienanamnese gibt Hinweise auf erbliche Erkrankungen, die Sportanamnese fasst aktuelle und vergangene Umfänge und das Ausmaß der körperlichen Bewegung zusammen. Die Zielstellung der sportlichen Ambitionen wird erfragt und in diesem Zusammenhang Training und Wettkampftätigkeit bestimmt.

Körperliche Untersuchung

Beginnend mit der Beurteilung des Allgemeinzustandes im Sinne einer Übermüdung, Lustlosigkeit, Agitiertheit oder anderer Verschiebungen der normalen Reaktionsfähigkeit auf die Umwelt, bildet die Untersuchung des Herz-Kreislauf-Systems einen Schwerpunkt. In Abhängigkeit von der ausgeübten Sportart findet sich bei 11-50% der Athleten ein Belastungsasthma, für dessen zuverlässige Diagnose ein Belastungstest und umfassende Aufklärung des Sportlers zur Selbstbeobachtung erforderlich sind.

Eine Überprüfung der Pupillenreaktion und -motorik leitet die orientierende neurologische Untersuchung ein, in deren Verlauf exemplarische Muskelreflexe, Kraft und Sensibilität kontrolliert werden. Die zusätzliche Überprüfung der Sehschärfe und der Hörfähigkeit können besonders bei Sportarten, wie Tennis, bei denen präzise Entscheidungen unter hohem Zeitdruck getroffen werden müssen, sinnvoll sein.

Der Blick auf Gangstörungen, Haltungsauffälligkeiten und Koordinationsprobleme stellt den Einstieg in die Untersuchung des Bewegungssystems dar, in dessen Verlauf Veränderungen der Wirbelsäule einschließlich der Rückenmuskulatur insbesondere bei seitenbetonten Sportarten wie Tennis einen wichtigen Fokus darstellen.

Die Beurteilung von Stabilität, Kraft und Beweglichkeit des Rumpfs und der Gelenke stellt einen weiteren Untersuchungsschwerpunkt dar: Bei Tennisspieler gilt ein besonderes Augenmerk dem Schultergelenk und Ellbogengelenk. Schmerzlokalisierung und Veränderungen der Bewegungsumfänge im Schultergelenk werden im Verlauf beurteilt, um chronisch schädigende Folgen hoher Kraftimpulse frühzeitig aufzuspüren.

- Die Kniegelenksuntersuchung kann seitliche oder frontale Achsenabweichungen, Instabilitäten der Seiten- und der Kreuzbänder, Meniskusschäden sowie Schwellungen und Ergüsse von oft harmlosen so genannten Wachstums schmerzen abgrenzen, die häufig bei Heranwachsenden auftreten können und eine ausführliche sportmedizinische Beratung benötigen
- Veränderungen der Hüftgelenksbeweglichkeit werden aufgrund des im Kindes alter verletzungsanfälligen Hüftkopfes untersucht.

Apparative Untersuchung

Abschließend wird bei jeder sportmedizinischen Untersuchung der Blutdruck gemessen, ein Ruhe- und ggfs. ein Belastungs-EKG, eine Lungenfunktion und eine situativ angepasste Anthropometrie (Messung der Körpergröße, Gewicht, Körpermaße und Fettmessung) durchgeführt.

Eine Ultraschalluntersuchung des Herzens, Blutentnahmen, Laktat-Leistungsdagnostik, Spiroergometrie, Ganganalyse, motorische Tests und isokinetische Kraftdiagnostik werden vor allem von sportmedizinischen Abteilungen in Universitäten durchgeführt und setzen jedoch spezifische Erfahrung voraus. Diese Untersuchungen können leistungsambitionierten Tennisspielern helfen, das Training zwischen den Turnieren zu steuern.

Bei Leistungssportlern muss die Medikation auf dopingrelevante Präparate überprüft werden (<http://www.dopinginfo.de>) und ggfs. eine Medizinische Ausnahmegenehmigung („therapeutic use exemption“) der Nationalen Anti Doping Agentur (NA-DA) vor der Wettkampfteilnahme vorgelegt werden.

Resümee

Die sorgfältig ausgeführte sportmedizinische Untersuchung bedeutet eine umfassende Analyse gesundheitlicher Ressourcen, belastungsassoziierter Schädigungen oder latenter und akuter Krankheiten. Aus präventivmedizinischer Perspektive ist sie gleichzeitigwichtiger Bestandteil einer langfristig gesunden Ausübung körperlicher Aktivität für jeden Sporttreibenden und sollte daher sportlich aktiven Kindern und Jugendlichen angeboten werden.

DUNLOP Pro Magazin
Jahrgang 4
Ausgabe 11/2008