

“Return to Sports“ im (Hoch-)Leistungssport nach COVID-19

Konsensus der sportmedizinischen Zentren Wien¹, Salzburg² und Innsbruck³

J. Scharhag¹, J. Niebauer², W. Schobersberger³

Dauer der Sportpause vor sportmedizinischer Untersuchung bzw. vor “Return to Sports“ in Abhängigkeit vom Schweregrad der SARS-CoV-2 Infektionen

Mögliche Erkrankungsmanifestationen¹

Schwere Erkrankungen mit stationärer Behandlung

- Lunge: Pneumonie, ARDS, Lungenembolie, Pulmonale Hypertonie, Lungenfibrose
- Thrombembolien: Venenthrombose, Lungenembolie, koronare, zerebrale, periphere TE
- Herz: Myokarditis, Akutes Koronarsyndrom, Tako-Tsubo KM, Arrhythmien, Cor pulmonale
- Nieren: Akute Nierenschädigung (Proteinurie, Hämaturie), Nierenversagen
- Leber: Akute Leberschädigung (Erhöhung Transaminasen, Bilirubin), Leberversagen
- Nervensystem: Enzephalopathie, Guillan-Barré, Apoplex
- Endokrines System: Hyperglykämie, diabetische Ketoazidose, Diabetes mellitus

Erkältungs-/Erkrankungssymptome unterhalb des Halses

- Tracheitis
- Bronchitis
- Gastroenteritis, Diarrhoe
- Fieber (> 38,0° C)

Leichte Erkältungssymptome bis zum Hals

- leichte Kopfschmerzen
- Rhinitis
- Halskratzen, Halsschmerzen, Pharyngitis
- Geschmacks-/Geruchsstörung

Asymptomatisch

Dauer der Sportpause

- bis zur völligen Genesung
- mehrere Wochen

- bis zur völligen Genesung
- ca. 2 - 4 Wochen inkl. Quarantäne

- bis zur völligen Genesung
- Dauer der Quarantäne

- Dauer der Quarantäne

Zeitpunkt der sportmedizinischen Untersuchungen

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit
- ggf. nach fachärztliche Abklärung

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit
- ggf. nach fachärztliche Abklärung

- nach Quarantäne
- bei völliger Beschwerdefreiheit

- nach Quarantäne

Procedere und Inhalte der sportmedizinischen Untersuchung vor “Return to Sports“ im (Hoch-)Leistungssport

- Keine Notwendigkeit einer PCR auf SARS-CoV-2 nach Quarantäne^{2,3}
- Regionale Vorgaben sind strikt zu befolgen (z. B. von Spitalsträgern)

Inhalte der sportmedizinischen Untersuchung vor “Return to Sports“

- Anamnese und körperliche Untersuchung
- Labor: Diff.-Blutbild, CRP, Leber- und Nierenwerte, CK, Na, K, Mg; Troponin und NT-proBNP bei schwerem Krankheitsverlauf und/oder pathologischen Auffälligkeiten in Anamnese, körperlicher Untersuchung, EKG und ggf. Echokardiographie
- Spirometrie (falls indiziert: Bodyplethysmographie inkl. Diffusionskapazität)
- Ruhe-EKG
- Echokardiographie (fakultativ bei ●●, obligat bei ●●●)
- Belastungs-EKG (fakultativ bei ●●, obligat bei ●●●), empfehlenswert als Spiroergometrie mit Sauerstoffsättigung, zusätzlich mit BGA nach COVID-19 mit Pneumonie

Bei unauffälligen Untersuchungsbefunden

- Freigabe für den (Hoch-)Leistungssport
- Umfang- und Intensität des Trainings sowie Zeitpunkt der Teilnahme an Wettkämpfen in Abstimmung mit Sportarzt/ärztin, Trainer/in & Verband

Autoren

Univ.-Prof. Dr. med. Jürgen Scharhag

Abteilung für Sportmedizin, Leistungsphysiologie und Prävention
Institut für Sportwissenschaft
Universität Wien
Österreichisches Institut für Sportmedizin (ÖISM)
Auf der Schmelz 6
A-1150 Wien

Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA

Universitätsinstitut für präventive und rehabilitative Sportmedizin
Uniklinikum Salzburg
Institut für Sportmedizin des Landes Salzburg
Sportmedizin des Olympiazentrums Salzburg-Rif
Betriebliche Gesundheitsförderung der Salzburger Landeskliniken
Forschungsinstitut für molekulare Sport- und Rehabilitationsmedizin
Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg
REHA Zentrum Salzburg
Ludwig Boltzmann Institut für digitale Gesundheit und Prävention
Lindhofstr. 20
A-5020 Salzburg

Prim. Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Schobersberger

Institut für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus (ISAG)
Tirol Kliniken GmbH Innsbruck
Private Universität für Gesundheitswissenschaften, Medizinische
Informatik und Technik (UMIT), Hall i. T.
LKH Natters
in der Stille 20
A-6161 Natters

