

# ÖÄK – Diplomrichtlinie Sportmedizin

## 1. Ziel

Die Sportmedizin ist ein stark wachsendes Gebiet. Zum einen wird der Sport ins hohe Alter immer größer, andererseits Sportarten immer risikoreicher, insbesondere für Menschen, die leistungsorientiert trainieren oder sogar Leistungssport betreiben.

Die Sportmedizin stellt das Bemühen der theoretischen und praktischen Medizin dar, den Einfluss von Bewegung, Training und Sport, sowie den Einfluss von Bewegungsmangel auf den gesunden und kranken Menschen jeder Altersstufe zu analysieren, um die Befunde der Prävention, Therapie und Rehabilitation dem Sporttreibenden dienlich zu machen.

Das ÖÄK-Diplom Sportmedizin hat das Ziel, sportmedizinisch interessierten ÄrztInnen und Ärzten ein praxisrelevantes Wissen über dieses interdisziplinäre Fach zu übermitteln.

## 2. Zielgruppe

Die Zielgruppe sind ÄrztInnen für Allgemeinmedizin, FachärztInnen aller Sonderfächer sowie Approbierte Ärzten.

Voraussetzung zum Erwerb anrechenbarer Fortbildungsstunden für das ÖÄK-Diplom stellt die Promotion dar.

## 3. Fortbildungsdauer und zeitliche Gliederung

Innerhalb von drei Jahren sind

- 120 Stunden Theorie
- 60 Stunden Praxis

zu absolvieren.

## 4. Lehrinhalte

120 Stunden THEORIE gegliedert in drei Blöcke:

### 4.1. 1. Block

40 Stunden Grundkurse auf internistisch-physiologisch-pädiatrischem Gebiet (vier Blöcke zu je 10 Stunden)

#### 4.1.1. Block I: (Grundkurs 1)

##### Durchführung und Interpretation von Belastungsuntersuchungen I

- Nutzen und Risiko körperlicher Aktivität –epidemiologische Aspekte 2 Stunden
- Grunduntersuchung (Anamnese, klinische Untersuchung, Sporttauglichkeit, Kontraindikationen, körperlicher Aktivität und oder Belastungstests) 2 Stunden
- Belastungsuntersuchungen (Gütekriterien, Spezialergometrien und Protokolle) 2 Stunden
- Funktionsdiagnostik akuter und chronischer Anpassung des Herz-Kreislaufsystems an körperliche Belastungen 6 Stunden

#### 4.1.2. Block II: (Grundkurs 2)

##### Durchführung und Interpretation von Belastungsuntersuchungen II

- Substratutilisation (muskulärer Energiestoffwechsel) 3 Stunden
- Laktatleistungsdiagnostik (Durchführung und Interpretation) 4 Stunden
- Funktionsdiagnostik akuter und chronischer Anpassung der Atmungsorgane (Spirometrie, Ergospirometrie, Blutgase) 3 Stunden
- Sportartspezifische Leistungsdiagnostik 2 Stunden

#### 4.1.3. Block III: (Grundkurs 3)

##### Training und Ernährung

- Trainingsgrundlagen 3 Stunden
- Trainingsüberwachung (Überbelastung, Übertraining), Endokrines System 2 Stunden
- Ernährung und Supplementierung (Makro-, Mikronährstoffe, Wasserhaushalt) 3 Stunden
- Immunologische Aspekte der körperlichen Aktivitäten 1 Stunde
- Sport unter speziellen Umgebungsbedingungen (Höhe, Hitze, Kälte, Schadstoffe, Tauchen) 2 Stunden
- Doping und Antidopingmaßnahmen 1 Stunde

#### 4.1.4. Block IV: (Grundkurs 4)

##### Sportmedizinische Betreuung spezieller Personengruppen

- Kinder und Jugendliche 4 Stunden
- Frauen 2 Stunden
- Alter 2 Stunden
- Chronisch Kranke 3 Stunden
- Behinderte 1 Stunde

#### 4.2. 2. Block

40 Stunden Grundkurse auf orthopädisch- traumatisch-physikalischem Gebiet (vier Blöcken zu je 10 Stunden)

#### 4.2.1. Block I (Grundkurs 1)

- Allgemeine funktionelle Anatomie und Sportanatomie
- Allgemeine und spezielle Bewegungslehre
- Anamnese
- Klinische Untersuchungstechniken des Bewegungsapparates (Untersuchungs-bogen)
- Bildgebende Verfahren
- Methoden der physikalischen Medizin und Rehabilitation im Sport
- Prinzipielle Therapieansätze bei akuten und chronischen Krankheitsbildern im Sport

#### 4.2.2. Block II (Grundkurs 2)

- Belastungsmuster in den verschiedenen Sportarten
- Strukturen und Adaptationsmechanismen des passiven Bewegungsapparates und seine Belastungsgrenzen
- Adaptationsmechanismen und Belastungsgrenzen des aktiven Bewegungsapparates
- Apparative Funktionsdiagnostik sportbezogener Verletzungen und Krankheitsbilder
- Differentialdiagnostische Strategien bei häufigen sportorthopädischen Krankheitsbildern

#### 4.2.3. Block III (Grundkurs 3)

- Typische Verletzungs- und Schädigungsmuster in den verschiedenen Sportarten und ihre Prävention: Schulter, Oberarm, Ellbogen, Unterarm und Hand, Wirbelsäule, Hüfte, Oberschenkel, Knie, Fuß und Unterschenkel, Kopfverletzungen - Halsverletzungen und Bewußtlosigkeit  
Verletzungen des Brustkorbes, Bauchverletzungen, Verletzungen bei speziellen Sportarten
- Therapie und Nachbehandlung häufiger Sportverletzungen und Schäden aus der Sicht der Physikalische Medizin und Rehabilitation:  
Schultergürtel, Ellbogen, Hand, Lenden-Becken-Hüft-Region, Knie, Fuß

#### 4.2.4. Block IV (Grundkurs 4)

- Betreuungsmodelle von Sportlern im Spitzen-, Breiten- und Seniorensport aus der Sicht des Orthopäden, Traumatologen und der Physikalischen Medizin
- Betreuungsmodelle im Breitensport
- Spezielle Betreuungsmodelle für den Spitzen- und Breitensport aus der Sicht der Physikalischen Medizin und Rehabilitation
- Sportärztliche Beratung und Ausrüstungsfragen und Talentewahl
- Sportorthopädische und sporttraumatologische Probleme im Wachstumsalter
- Sporttauglichkeit, Sportverbot
- Behindertensport

4.3. Die verbleibenden 40 Stunden Theorie der Sportmedizin sollen aufgegliedert werden in spezielle Themen, die sich aus den ersten beiden Blöcken ergeben; dort werden auch Fragen der Sportpsychologie und Prophylaxe sowie Fragen des Sportstättenbaus, der Sportbekleidung, Gerätelehre, Organisation und speziell umschriebene Gebiete der Sportmedizin an sich behandelt.

4.4. Die 60 Stunden PRAXIS gliedern sich in 40 Stunden Praxisseminare und 20 Stunden Ärztesport.

#### Praxisseminare aus den Themenbereichen:

- Funktionelle Verbände
- Massage + Sportmassage
- Wärme - Kälte
- Mentale Trainingsformen
- Muskelfunktionsuntersuchung
- Manuelle Untersuchungstechnik
- Echokardiographie
- EKG-Beurteilung
- Ergometrie

- Spiroergometrie
- Feldtestuntersuchungen
- Erste Hilfe
- Haltungs- und Bewegungsschulung
- Sportmotorische Tests
- Praktische Ernährungsplanung
- Praktische Durchführung von Doping-Untersuchungen
- Angewandte Trainingslehre: Ausdauer, Kraft, Kampfsportarten, Spielsportarten, sonstige Sportarten

### **20 Stunden Ärztesport**

Aktive Ausübung, unter Anleitung eines Trainers oder Ausbildners, im Rahmen einer approbierten sportmedizinischen Veranstaltung.

### **Vereinsbestätigung**

Zudem ist die sportärztliche Betreuung eines Sportvereins zumindest im letzten halben Jahr vor der Einreichung zum Diplom nachzuweisen.

## **5. Evaluation und Abschluss**

Voraussetzung für die Erlangung des ÖÄK - Diploms Sportmedizin ist die Berechtigung zur selbständigen Berufsausübung.

Die vorgeschriebenen 120 Stunden Theorie und 60 Stunden Praxis (40 Stunden Praxisseminare, 20 Stunden Ärztesport) sind innerhalb von 3 Jahren zu absolvieren.

Für jedes Ausbildungsjahr über diese 3 Jahre hinaus sind zusätzlich 10 Stunden Theorie nachzuweisen.

## **6. Diplomverantwortlicher**

Der Diplomverantwortliche wird vom Bildungsausschuss der Österreichischen Ärztekammer nach Vorschlag des Referats für Sportmedizin bestellt.

## **7. Der Diplomantrag**

Die administrative Durchführung dieser Richtlinie erfolgt durch die österreichische akademie der ärzte\_

Der Diplomantrag ist an die österreichische akademie der ärzte zu richten.

Die Kopien der Teilnahmebestätigungen der absolvierten Fortbildungsveranstaltungen bzw. die Kopien des Fortbildungspasses sind dem Diplomantrag beizulegen.

In Kraft getreten lt. Beschluss des Vorstandes der Österreichischen Ärztekammer am: 24.11.2004.