

# Anlage 6 zur Verordnung über ärztliche Weiterbildung

## ÖÄK-Diplom Sportmedizin

### 1. Ziel

Die Sportmedizin ist ein stark wachsendes Gebiet. Zum einen wird der Sport bis ins hohe Alter immer wichtiger, 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 Ärzten ein praxisrelevantes Wissen über dieses interdisziplinäre Fach zu übermitteln.

### 2. Zielgruppe

Die Zielgruppe sind Ärzte für Allgemeinmedizin sowie Fachärzte aller Sonderfächer. Voraussetzung zum Erwerb anrechenbarer Weiterbildungen für das ÖÄK-Diplom stellt die Promotion dar.

### 3. Weiterbildungsdauer

Innerhalb von drei Jahren sind

- 120 Unterrichtseinheiten Theorie
- 60 Unterrichtseinheiten Praxis

zu absolvieren.

### 4. Weiterbildungsinhalte und zeitliche Gliederung

120 Unterrichtseinheiten Theorie gegliedert in drei Bereiche:

**4.1. 40 Unterrichtseinheiten Grundkurse auf internistisch-physiologisch-pädiatrischem Gebiet  
(vier Blöcke zu je 10 Unterrichtseinheiten)**

**4.1.1. Block I Grundkurs 1**

**Durchführung und Interpretation von Belastungsuntersuchungen I**

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

**4.1.2. Block II Grundkurs 2**

**Durchführung und Interpretation von Belastungsuntersuchungen II**

- Substratutilisation (muskulärer Energiestoffwechsel)
- Laktatleistungsdiagnostik (Durchführung und Interpretation)
- Funktionsdiagnostik akuter und chronischer Anpassung der Atmungsorgane (Spirometrie, Ergospirometrie, Blutgase)
- sportartspezifische Leistungsdiagnostik

**4.1.3. Block III Grundkurs 3**

**Training und Ernährung**

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

**4.1.4. Block IV Grundkurs 4**

**Sportmedizinische Betreuung spezieller Personengruppen**

- Kinder und Jugendliche
- geschlechtsspezifisch
- ältere Menschen
- chronisch Kranke
- Behinderte

**4.2. 40 Unterrichtseinheiten Grundkurse auf orthopädisch-traumatologisch-physikalischem Gebiet  
(vier Blöcke zu je 10 Unterrichtseinheiten)**

#### 4.2.1. Block I Grundkurs 1

##### Grundlagen

- Adaptationsmechanismen von biologischen Systemen (medizinische Trainingslehre, Training, Übertraining, ...)
- Grundlagen der funktionellen Sportanatomie
- biomechanische Grundlagen im Sport
- Grundlagen der Reparationsmechanismen (Physiologische Heilungsphasen, Gewebebelastbarkeit, ...)
- apparative bildgebende Diagnostik (Überblick aller Methoden, Indikationen, ...)
- apparative Messmethoden der sportlichen Belastung (Bewegungsanalyse, Kraftmessungen, Dynamometrie, Ganganalyse, ...)
- Grundlagen physikalischer Therapiemodalitäten im Sport (Therapiemodalitäten – Grundlagen, Wirkweise, Indikationen, ...)
- Grundlagen der sportartspezifischen Rehabilitation (Definition, phasenspezifische Rehabilitation und Inhalte, ...)
- Sportanamnese und sportmedizinischer Untersuchungsbogen (Theorie)
- Muskelfunktionsdiagnostik in der Theorie

#### 4.2.2. Block II Grundkurs 2

##### Untere Extremität mit Lenden/Becken/ Hüftregion

- Differenzialdiagnose (DD) der wichtigsten sportassoziierten Überlastungssyndrome – Knie, Sprunggelenk (SG), Fuß
- konservative Therapie der sportassoziierten Überlastungssyndrome – Knie (Enthesiopathien – Runner's Knee, Jumper's Knee, vorderer und seitlicher Knieschmerz, ...)
- Operative Therapie von degenerierten Schäden – Knie (Knorpel, Meniskus, Achsenfehlstellungen, ...)
- sportassoziierte Verletzungen und operative Versorgung – Knie (Kreuzbänder, Meniskus, osteochondrale Fraktur; Knochen, Streckapparat ...)
- operative Versorgung von Überlastungsschäden und Verletzungen – SG, Fuß (Frakturen, Bandverletzungen, Sehnenpathologien)
- konservative Therapie und Versorgung von Überlastungsschäden SG, Fuß (SG-Instabilitäten, Achillodynie, Postikusinsuff., Senk-Spreizfuß, Bandagen, Orthesen, Einlagen, ...)
- DD von Überlastungssyndromen an der Lenden-, Becken-, Hüftregion (Discopathie, Fazettengelenkssyndrome, Instabilitäten, muskuläre Dysbalancen, Leistenschmerz, Hüftimpingement, ...)
- konservative Therapie der sportassoziierten Überlastungssyndrome Lenden-, Becken-, Hüftregion (Discopathie, Fazettengelenkssyndrome, Instabilitäten, muskuläre Dysbalancen, Enthesiopathien, Leistenschmerz, Hüftimpingement, ...)
- operative Versorgung von sportassoziierten Überlastungssyndromen Lenden-, Becken-, / Hüftregion (Discopathien, WS-Instabilitäten, Hüftimpingement, ...)
- sportassoziierte Verletzungen Lenden/Becken/Hüfte und ihre operative Versorgung (Frakturen, Luxationen mit Begleitpathologien, Muskel- und Sehnenrupturen inkl. Abrissfrakturen, ...)

#### **4.2.3. Block III Grundkurs 3**

##### **Obere Extremität mit HWS/BWS**

- DD der sportassoziierte Überlastungssyndrome Schultergürtel (AC-Gelenk, SC-Gelenk, Impingement, Instabilität, Werferschulter, ...)
- konservative Therapiestrategien der sportassoziierten Überlastungssyndrome Schultergürtel
- operative Therapie von Überlastungssyndromen an der OE (Impingement, RM, AC-Gelenk, ...)
- sportassoziierte Verletzungsmuster und operative Versorgung – Schulter (Luxation und Begleitverletzungen, AC-Gelenk, Frakturen – Clavicula-Scapula-Humeruskopf, ...)
- DD von Überlastungsschäden Ellbogen/Hand
- konservative Therapie von Überlastungsschäden Ellbogen/Hand (Instabilitäten, Epic. hum rad et uln, Nervenkompressionsyndrome, Ganglien, Überlastungen der Finger Streck- und Beugesehnen, ...)
- operative Versorgung von Überlastungsschäden und Verletzungen Ellbogen/Hand (Luxationen, Frakturen, Enthesiopathien, Nervenkompressionsyndrome, ...)
- DD von Überlastungssyndromen HWS/BWS (juvenile Osteochondrose, MB. Scheurmann, muskuläre Dysbalancen, ...)
- konservative Therapiestrategien von Überlastungssyndromen HWS/BWS
- sportassoziierte Verletzungsmuster HWS / BWS und ihre operative Versorgung

#### **4.2.4. Block IV Grundkurs 4**

##### **Kinder- und Jugendsportmedizin – Betreuungsmodelle**

- Besonderheiten des wachsenden Bewegungsapparates und dessen Überlastungssyndrome
- sportmedizinische Probleme der kindlichen Wirbelsäule (Lyse, Listhese, Skoliose, Morbus Scheuermann)
- Sporttauglichkeit / Sportverbot im Kinder/Jugendsport
- Akutversorgung an der Sportstätte (inkl. Organisation)
- Betreuungsmodelle im Sport – Wettkampf/Leistungssport
- Betreuungsmodelle im Sport – Trainingslager, Freizeit, Hobby
- Sportgeräte und Ausrüstung, inkl. Protektoren, Trainingsstätten
- Behindertensport
- Seniorensport
  - sinnvolle Sportarten
  - Auswirkungen
  - Ziele
  - Sport nach Operationen (TEP)
- Sport und Sportlerbetreuung von chronisch Kranken (Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Morbus Bechterew, Osteoporose, ...)

Bei jedem Grundkurs müssen Vortragende aller entsprechenden Fachrichtungen vertreten sein. Nichtärztliche Vortragende dürfen in den Grundkursen nur zu maximal 30 % vertreten sein.

Es wird empfohlen, in Ergänzung zu den orthopädisch-traumatologisch-physikalischen Grundkursen Praxisseminare zu folgenden Themen anzubieten:

Grundkurs I:

- „Der Sportmedizinische Untersuchungsbogen“ – Sportanamnese, klinische Untersuchung, Untersuchung gesamter BW-Apparat
- Sportmedizin. relevante Muskelfunktionsdiagnostik in der Praxis

Grundkurs II und III:

- strukturierter klinischer Untersuchungsgang zu den im Grundkurs behandelten Regionen

**4.3.** Die verbleibenden 40 Unterrichtseinheiten **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. Doppelt absolvierte Grundkurse werden mit fünf Unterrichtseinheiten Theorie angerechnet.

**4.4.** Die 60 Unterrichtseinheiten **Praxis** gliedern sich in 40 Unterrichtseinheiten Praxisseminare und 20 Unterrichtseinheiten Ärztesport.

#### **Praxisseminare aus den Themenbereichen**

- Funktionelle Verbände
- Massage und 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, Sportsportarten, sonstige Sportarten

#### **20 Unterrichtseinheiten 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 ÖÄK-Diplom nachzuweisen. Der Sportverein muss ordentliches Mitglied der Bundessportorganisation (BSO) sein.

## **5. Evaluation und Abschluss**

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

Im Zeitraum zwischen dem Abschluss der Weiterbildung zum ÖÄK-Diplom Sportmedizin und Abschluss der Ausbildung zum Arzt für Allgemeinmedizin oder Facharzt sind zusätzlich 10 Unterrichtseinheiten Theorie pro Jahr nachzuweisen.

## **6. Weiterbildungsverantwortlicher**

Der Weiterbildungsverantwortliche wird vom Bildungsausschuss der Österreichischen Ärztekammer nach Vorschlag des Referats für Sportmedizin und Ärztesport der Österreichischen Ärztekammer bestellt.

## **7. Antrag ÖÄK-Diplom**

Die administrative Durchführung dieser Anlage erfolgt durch die Österreichische Akademie der Ärzte GmbH. Der Antrag für das ÖÄK-Diplom ist an die Österreichische Akademie der Ärzte GmbH zu richten. Die Kopien der Teilnahmebestätigungen der absolvierten Weiterbildungsveranstaltungen sind dem Diplomantrag beizulegen.

In Kraft getreten laut Beschluss des Vorstandes der Österreichischen Ärztekammer am:  
06.03.2019