



SPORT
REISCHMANN



+ Sport Reischmann + Berlin-Marathon-News + Sport Reischmann + Berlin-Marathon-News + Sport Reischmann +

Medizinisch auf Nummer sicher

VON
FRANK ENDERLE

Rund 40 Teilnehmer der diesjährigen Reischmann Berlin Marathon Aktion haben bis zu ihrem großen Tag am 20. September einen harten und steinigen Weg vor sich. Dabei kann die Motivation und Begeisterung auch noch so groß sein, die wichtigste Voraussetzung auf dem Weg zu einem Marathon ist die körperliche Unversehrtheit aus medizinischer Sicht.

Aus diesem Grund stand auch in diesem Jahr als erster wichtiger Termin die Eingangsuntersuchung auf dem Programm. In der Orthopädie Praxisklinik im Heilig-Geist-Spital stand für die künftigen Marathonis zunächst eine Untersuchung unter orthopädischen Gesichtspunkten an. Dr. Martin Volz und sein Kollege Dr. Ulrich Fähnle sind bereits zum fünften Mal als Partner der Aktion mit dabei und kennen aus der täglichen Praxisarbeit die potentiellen Probleme und Gefahren, die bei einer Intensivierung des Trainings auf-

treten können. „Wir nehmen uns neben eventuellen Beinlängen-Differenzen zunächst einmal möglichen Fehlstellungen an Hüft-, Knie- und Fußgelenken an“, erklärt Dr. Ulrich Fähnle. Gibt es hier Befunde,

führen. Da dürfen wir natürlich nicht immer grünes Licht geben“, bedauert Dr. Volz den Umstand, dass auch in diesem Jahr für einzelne Teilnehmer das Überschreiten der Ziellinie am Brandenburger Tor bereits vorzeitig

le. Neben der orthopädischen Voruntersuchung stand zudem eine grundlegende Überprüfung des allgemeinen Gesundheitszustandes durch Dr. Iris Steuer und Dr. Sigrun Volz auf dem Tagesplan. Eventuelle Vorerkrankungen oder Auffälligkeiten sollten auch hier erkannt und besprochen werden. Mit den medizinischen Maßnahmen, die in den nächsten Wochen für Teilnehmer ab 35 Jahren noch in einer kardiologischen Untersuchung ihren Abschluss finden, gehen die Organisatoren und vor allem die Teilnehmer selbst klar auf „Nummer sicher“.

Am 26. Februar wird es für das Reischmann Berlin Marathon Team dann Ernst. Anhand der inzwischen durchgeführten Leistungsdiagnostik mit Laktattest erstellt Cheftrainer Ralf Holverscheid derzeit für die Teilnehmer die individuellen Trainingspläne und Empfehlungen und übergibt diese dann im Rahmen des offiziellen Trainingsstarts im „radius“ an die sicherlich hochmotivierten Teilnehmer.

Praxis + Klinik
Orthopädie im Heilig-Geist-Spital

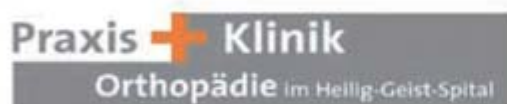
muss das natürlich nicht umgehend bedeuten, den Traum vom Marathon platzen zu lassen. Bei vorgeschädigten Bändern und erkannten Knorpelschäden ist jedoch ein kritischer Status erreicht. „Ein ständig intensiviertes Trainingsprogramm zur Vorbereitung auf einen Marathon kann zu äußerst schmerzhaften Problemen

verwehrt bleibt.

Für die meisten Berlin-Marathon-Bewerber blieb die Untersuchung allerdings eine Routinemaßnahme. „Wie schon in den Vorjahren zeigte sich, dass Bewerber wichtige Erfahrungen aus dem Hobby-Laufsport oder anderen Sportarten mitbringen“, sagte Sportmediziner Dr. Fähn-



Das Team der Orthopädie Praxisklinik im Heilig-Geist-Spital macht die Teilnehmer der Reischmann Berlin Marathon Aktion körperlich fit. BILD: ENDERLE



Oberschwaben Klinik