



Informationen zum Erstellen des 4-Jahreskonzepts und der jährlichen Budgetierung

## Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	2
I Information 4-Jahreskonzept .....	3
<b>1</b> Sportmedizinische Organisation <input checked="" type="checkbox"/> .....	3
<b>2</b> Aufgabenbereich und Zuständigkeiten <input checked="" type="checkbox"/> .....	3
<b>3</b> Sportmedizinische Diagnostik und Therapie <input checked="" type="checkbox"/> .....	3
<b>4</b> Routinemässige sportärztliche Untersuchung .....	4
<b>5</b> Leistungsdiagnostik .....	5
<b>6</b> Informationsaustausch <input checked="" type="checkbox"/> .....	9
<b>7</b> Datendokumentation <input checked="" type="checkbox"/> .....	10
<b>8</b> Ernährungsberatung .....	10
<b>9</b> Sportpsychologische Betreuung .....	12
<b>10</b> Projekte .....	12
<b>1 1</b> Andere Dienstleistungen .....	12
<b>1 2</b> Weiterbildung .....	12
II Information Jahresplanung .....	13

## Einleitung

Das Sportmedizinische Verbandskonzept besteht neu aus einer 4-Jahresplanung. Eine elektronische Vorlage, welche in Dialogform mit informativen Hinweisen durch die verschiedenen Elemente eines sportmedizinischen Betreuungskonzepts führt, unterstützt den Verbandsarzt und Leistungssportchef beim Erstellen des **4-Jahreskonzepts**. Dabei ist die Planung gewisser Bereiche obligat. Insgesamt wird aber zum jetzigen Zeitpunkt dem Verband überlassen, wie weit die sportmedizinische Betreuung gehen soll und welche Bereiche in das Betreuungskonzept integriert werden. Neben der strukturellen Orientierungshilfe bietet die Vorlage auch inhaltliche Unterstützung. Die im Rahmen der Qualitätssicherung entstandenen Standards werden aufgeführt. Dadurch setzt Swiss Olympic auch gewisse Leitplanken, vorab in den von Swiss Olympic mitfinanzierten Bereichen wie Sportärztliche Untersuchung oder Leistungsdiagnostik, deren Nutzung auch quantitativ in einem sinnvollen Ausmass limitiert wird.

In der **Jahresplanung** werden die Inhalte aus dem 4-Jahreskonzept jährlich umgesetzt (bisher Massnahmenkatalog). Darin ist insbesondere die Budgetplanung beinhaltet, welche für die Auszahlung der Unterstützungsbeiträge von Swiss Olympic massgebend ist.

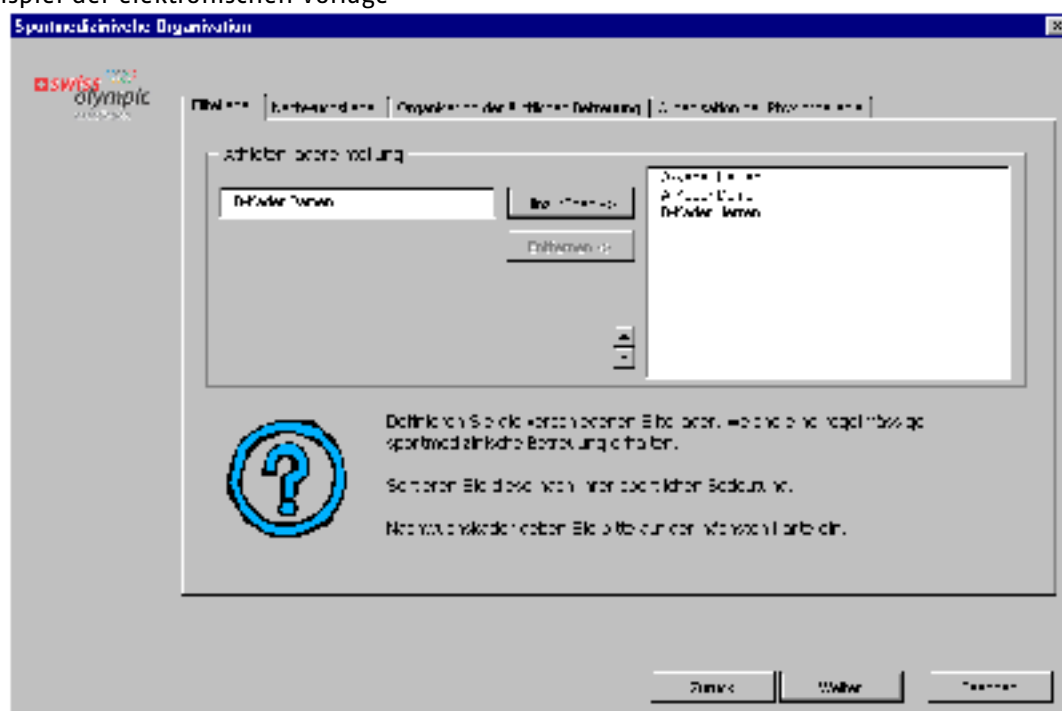
Um die sportmedizinische Betreuung möglichst an die Bedürfnisse der Athleten und Trainer anzupassen, ist der Leistungssportchef in das Erstellen des 4-Jahreskonzepts und der Jahresplanung einbezogen. Zudem soll das sportmedizinische Konzept durch das 4-Jahresintervall auf die sportliche Planung (OS, WM, EM) ausgerichtet werden.

Das 4-Jahreskonzept und die Jahresplanung werden hinsichtlich Vollständigkeit, Einhaltung von Richtlinien und sportartspezifischem, adäquatem Mitteleinsatz von Swiss Olympic geprüft.

## Begriffe

Die Bezeichnung ‚Verbandsarzt‘ wird in Folge als Überbegriff für alle in einem Sportverband tätigen Ärzte verwendet. Die unterschiedlichen Funktionen der Verbandsärzte können je nach Sportart oder Organisationsform unterschiedlich sein und haben entsprechende Bezeichnung (Bsp. Teamarzt, Mannschaftsarzt, Chef Medical Team etc.). Begriffe wie Athlet, Verbandsarzt etc. werden geschlechtsneutral verwendet.

Beispiel der elektronischen Vorlage



## I Information 4-Jahreskonzept

Zur Vereinfachung des Aufbaus des 4-Jahreskonzepts wird eine elektronische Vorlage in Dialogform erstellt. Diese Software steht ab Ende September den Verbandsärzten zur Verfügung. Der Aufbau entspricht dieser Vorlage hier. Bis dahin können die einzelnen Bereiche in Zusammenarbeit mit dem Leistungssportchef schon geplant werden.

Die mit dem Symbol  gekennzeichneten Bereiche sind obligat.

### 1 Sportmedizinische Organisation

Auflistung der ins Betreuungskonzept integrierten Kader.

Auflistung der Mitglieder des Medical Teams mit ihren Funktionen.  
Detailliertere Angaben zum Chef Medical Team (Verbandarztstätigkeiten, Fachbereiche, Fähigkeitsausweis).

### 2 Aufgabenbereich und Zuständigkeiten

#### 2.1 Organisatorische Zuständigkeiten

Angabe der Zuständigkeiten, welche insbesondere für die Zusammenarbeit und Kommunikation mit Swiss Olympic von Bedeutung sind: Erstellung des 4-Jahreskonzeptes, Erstellung der Jahresplanung, Budgetverantwortung, Ansprechperson gegenüber Swiss Olympic, Dopingverantwortlicher, Sportmedizinische Betreuung im Nachwuchsbereich, Leiter des Physioteams.

#### 2.2 Aufgabenbereich der Medical Teammitglieder

Die Definition der Kompetenzen und Pflichten der Mitglieder des Medical Teams hat sich in verschiedenen Verbänden bewährt (Pflichtenheft).

Die Aufgabenbereiche sind anhand der Funktionen der Medical Teammitglieder (Bsp. Chef Medical Team, Teamarzt, Chef-Physio) zu definieren.

Neben den Aufgaben der Mitglieder des Medical Teams haben möglicherweise auch Athleten ‚medizinische Pflichten‘ (Bsp. Meldung von Unfall u. Krankheit, Umgang mit med. und leistungsdiagnostischen Daten, Weiterleitung von med. Informationen etc.).

Ebenso sollen die Aufgaben von Leistungssportchef/ Trainer im Zusammenhang mit der sportmedizinischen Betreuung (Bsp. Information an Medical Team, Planung der Leistungsdiagnostik, Praxisumsetzung der leistungsdiagnostischen Daten etc.) aufgeführt werden.

Die Pflichten des Dopingverantwortlichen richten sich nach dem aktuellen Pflichtenheft von Swiss Olympic.

### 3 Sportmedizinische Diagnostik und Therapie

#### 3.1 Betreuung bei Verletzungen/ Krankheit

Definition der Leistungen, welche die Athleten vom Medical Team/ Verbandsarzt bei Verletzung oder Krankheit erwarten können. Dies kann von der telefonischen Auskunft, Untersuchung, Vermittlung von Spezialisten bis zur Koordination der Behandlung reichen.

#### 3.2 Betreuung an Wettkämpfen

Planung des personellen Aufwandes (Ärzte, Physiotherapeuten, Masseur) in Abhängigkeit der Grösse und des Ortes des Anlasses.

Betreuungsprocedere bei Grossanlässen mit limitierter Akkreditierung der med. Betreuer.  
Definition der medizinischen sowie nicht-medizinischen Aufgabenbereiche der Medical Teammitglieder an Wettkämpfen.

### ⑤.③ Betreuung in Trainingslager

Planung des personellen Aufwandes (Ärzte, Physiotherapeuten, Masseur) in Abhängigkeit der Dauer und des Ortes des Trainingslagers. In Absprache mit den Trainern soll die Funktion der med. Betreuer in den Trainingslager definiert werden. Insbesondere sollen auch nicht direkt medizinische Aufgaben/Funktionen (Weiterbildung für Athleten, Mithilfe im Training) geklärt werden.

## ④ Routinemässige sportärztliche Untersuchung

Planung der routinemässigen Sportärztlichen Untersuchung SPU

Es wird empfohlen, bei allen Athleten mindestens jährlich 1 routinemässige sportärztliche Untersuchung (SPU) durchzuführen.

### **Folgende Angaben müssen aufgeführt werden:**

#### **Untersuchungsziel**

Neben den allg. Zielsetzungen von sportärztlichen Routineuntersuchungen sollen auch sportartspezifische Abklärungen erwähnt werden.

#### **Kader, Athleten**

#### **Untersucher**

Je nach Verfügbarkeit und Organisation kann die Untersuchung vom betreuenden Verbandsarzt, Vereinsarzt oder in einem Swiss Olympic Medical Center durchgeführt werden.

#### **Häufigkeit/ Saisonzeitpunkt**

Die Häufigkeit und der Saisonzeitpunkt der routinemässigen Untersuchung ist stark von der Sportart und dem Saisonverlauf abhängig. In Hinblick auf die 4-Jahresplanung sind auch Anpassungen an spezifische Wettkämpfe vorzuplanen.

#### **Anthropometrie**

Anthropometrische Abklärungen werden durch Messung von Grösse, Gewicht und Bodymassindex (BMI), indirekter Schätzung des Fettanteils mittels Hautfaltenmessung (7 Hautfalten) und ergänzend durch Schätzung der Körperfettverteilung: "waist-hip-ratio" (WHR) und Erstellung des Ponderalsomatogram vorgenommen. Für Athleten < 20 Jahre sind Hautfaltenmessungen wegen ungenauen Schätzmethoden für dieses Alterssegment und wegen möglichen Verschärfungen von vorhandenen Gewichts-/Essstörungen nur sehr zurückhaltend einzusetzen.

#### **Labor**

2 Laborarten: Routine-Sportlabor, Verlaufslabor

Das **Routine-Sportlabor** umfasst die hämatologischen Parameter Leukozyten, Thrombozyten Erythrozyten, Hämoglobin, Hämatokrit, MCV, MCH, MCHC sowie die klinisch chemischen Parameter Ferritin, Harnstoff, Magnesium, Kreatin, CK, ALAT (GPT), CRP, Cholesterin. Dazugehörend ist ebenfalls ein Urinstatus. Zusätzlich routinemässig gemessene Parameter müssen angegeben und begründet werden. Laboruntersuchungen aufgrund von klinischen Indikationen werden über die Krankenkasse abgerechnet.

Das **Verlaufslabor** beinhaltet Hämatogramm (Leukozyten, Thrombozyten Erythrozyten, Hämoglobin, Hämatokrit, MCV, MCH, MCHC) Ferritin und CRP und ist v.a. für Ausdauersportarten vorgesehen.

Pro Athlet werden jährlich maximal 2 Routinelabors sowie 6 Verlaufslabors bezahlt.

#### Apparative Zusatzuntersuchungen

Bei der erstmaligen SPU gehört ein Ruhe-EKG dazu. Weitere apparative Zusatzuntersuchungen (Elektrokardiogramm, Echokardiographie und Belastungs-EKG, Spirometrie und AIA Test, Methacholin-Test, Knochendichtemessungen und andere bildgebende Verfahren) sind ausser dem erstmaligen Ruhe-EKG nur nach speziellen Indikationen vorgesehen. Diese speziellen Indikationen sind aufzuführen.

#### Sportartspezifische Spezialuntersuchungen

Sportarten mit typischen, gehäuft auftretenden Erkrankungs-, Verletzungsmustern bedürfen möglicherweise einer erweiterten Screening-Untersuchung. Die Indikationen dazu sind ebenfalls aufzuführen.

Anmerkung:

Der Inhalt der klinischen sportärztliche Untersuchung richtet sich an die Angaben des Rickli-Berichtes ([www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) *Qualitätssicherung in der sportmedizinischen Betreuung*). Es stehen verschiedene medizinische Fragebogen zur systematischen Ergänzung der Anamnese zur Verfügung (*erstes sportmedizinisches Interview, sportmedizinisches Verlaufsinterview, sportmedizinisches Interview für Frauen, spezieller female athlete Fragebogen*). Für den female athlete Fragebogen bestehen Kriterien für dessen Anwendung sowie ein Procedere für weitere Abklärungen. Für das Festhalten von Untersuchungsbefunden besteht ein *Statusbogen*. Die SPU wird auf dem *Medical Report* zusammengefasst. Die sportmedizinischen und andere medizinische Probleme, empfohlene Abklärungen und Massnahmen werden dabei systematisch auf einer Seite aufgeführt. Der Medical Report ersetzt dadurch den früheren umständlicheren Arztbrief und soll den Arbeitsaufwand reduzieren. Eine einheitliche Handhabung der Zusammenfassung der SPU in knapper Form erleichtert den Austausch von Informationen. Die aufgeführten Formulare stehen im Internet [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) zum Download zur Verfügung.

#### Kosten

Konsultationen, welche Folge von Unfall oder Krankheit sind, werden von den Krankenversicherungen der Athleten bezahlt.

Die Bezahlung der Dienstleistungen richtet sich primär nach dem Besitz einer Swiss Olympic Card. Für Swiss Olympic Card Träger sind SPU und leistungsdiagnostischen Abklärungen im Rahmen des von Swiss Olympic vorgegebenen Umfangs kostenlos. Für Kaderathleten, aber „Nicht-Card-Träger“ richtet sich der Anteil der Finanzierung nach der Einstufung der Sportart.

1. Kategorie	60%
2. Kategorie:	50%
3. Kategorie:	40%
4. Kategorie:	30%
ohne Einstufung:	20%

### 5 Leistungsdiagnostik

Die leistungsdiagnostischen Abklärungen unterliegen bestimmten Qualitätsstandards. Die Leistungstests können in den 5 SOMCs oder an einem von Swiss Olympic anerkannten und den Qualitätsstandards entsprechenden Untersuchungsort durchgeführt werden.

**Zielsetzung, Praxisrelevanz, Umsetzungsmöglichkeiten**

Das leistungsdiagnostische Testangebot wird bezüglich Inhalt und Häufigkeit anhand des konditionellen Anforderungsprofils der Sportart von Swiss Olympic definiert. Neben dieser grundsätzlichen, eher theoretischen Definition, welcher Test bei welcher Sportart wie oft sinnvoll ist, braucht es aber für einen effizienten Einsatz auch die Klärung der Frage nach der Praxisrelevanz leistungsdiagnostischer Tests. Die Zielsetzung der leistungsdiagnostischen Abklärung ist daher eng mit den sportlichen Verantwortlichen (Leistungssportchef, Cheftrainer) vorzunehmen, wobei insbesondere auf die konkrete Umsetzungsmöglichkeiten der Resultate im Training ein spezielles Augenmerk gelegt werden muss.

**Saisonzeitpunkt**

Dem Saisonzeitpunkt von leistungsdiagnostischen Tests ist je nach Zielsetzung Rechnung zu tragen.

**Inhalt Labortests****Testprotokoll**

Aus Gründen der Vergleichbarkeit wird empfohlen, für alle Athleten eines Kaders/ Sportart stets dasselbe Testprotokoll zu wählen.

Die Testprotokolle von Swiss Olympic in der Ausdauer- und Kraftdiagnostik richten sich nach den Manualen Leistungsdiagnostik Ausdauer resp. Kraft (Download unter [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)).

Aus der nachfolgenden Tabelle (S. 7-9) können die entsprechenden Testprotokolle sowie deren Anwendung abgeleitet werden.

**Testart**

Die Testart sollte bezüglich involvierter Muskelmasse sowie Bewegungsablauf möglichst sportartspezifisch resp. trainingspezifisch sein. Die in der Tabelle aufgeführte Testart für die versch. Sportarten sind Empfehlungen.

**Testhäufigkeit**

Es wird eine maximale Testhäufigkeit (Anzahl Tests/Jahr) je nach Sportart vorgegeben. Sie sind auf der nachfolgenden Tabellen aufgeführt.

Ausdauerdiagnostik Tabelle: Da die Aussagen der verschiedenen Testformen/Protokolle teilweise redundant sind, lassen sich die aufgeführten maximalen jährlichen Testhäufigkeitsangaben, welche von Swiss Olympic finanziert werden, nicht für eine Sportart addieren. Beispielsweise wird für Eishockeyspieler nicht 4 sondern maximal 2 Conconi-Tests *oder* 2 Laktatstufentests auf dem Fahrradergometer empfohlen.

Kraftdiagnostik Tabelle: Die Testformen in der Kraftdiagnostik haben anders als in der Ausdauerdiagnostik teilweise unterschiedliche Indikationen und Aussagen. Bei gewissen Sportarten können daher sowohl Rumpfkraft als auch Sprungkraft- und isokinetische Testformen durchgeführt werden. Bei der isokinetischen Kraftmessung kann nur je eines der beiden Protokolle (Kurz- oder Schnellkraftprotokoll) durchgeführt werden.

Eine darüber hinausgehende Testanzahl muss begründet werden, kann aber bei sinnvollem Einsatz von Swiss Olympic finanziert werden.

Die angegebenen Testhäufigkeiten gelten nicht in jedem Fall als garantiert von Swiss Olympic finanziert. Swiss Olympic behält sich vor, bei unklarer Planung, Zielsetzung oder Umsetzungsmöglichkeiten in die Trainingspraxis die finanzielle Unterstützung der Tests einzuschränken.

Zur Überprüfung von Trainingseffekten ist ein Retest nach (6-) 8 Wochen als Minimum anzusehen. Die Nachweisbarkeit von trainingspezifischen Anpassungen erfolgt erfahrungsgemäss erst 8-12 Wochen nach dem Vortest.

## Ausdauerdiagnostik

Testform	Protokoll	Testgerät	Sportarten	Häufigkeiten/ Mind. Intervall
<b>Hf</b>				
Messung der Herzfrequenz	Conconi	Laufband	Alle nicht- ausdauerorientierten Sportarten mit Laufkomponente/ Lauftraining	Max. 2/Jahr 6-8 Wochen
		Fahrradergometer	Ski Alpin Snowboard Eishockey Andere komplexe Sportarten mit vorwiegend Radtraining	Max. 2/Jahr 6-8Wochen
<b>Laktat</b>				
Messung der Herzfrequenz und Laktatkonzentration	Laktatstufentest	Laufband	Ausdauersportarten Laufen	Max. 4/Jahr 6-8Wo
			Technisch-kompositorische Sportarten (Kunstturnen, Rhythmische Sportgymnastik, Wasserspringen, Eiskunstlaufen, Trampolin)	Max. 1/Jahr
			Sportarten mit sekundärer Ausdauer-komponente (Schiessen/Curling etc.) falls Lauftraining	Max. 1/Jahr
			Andere Sportarten mit Laufkomponente/ Lauftraining	max. 2/Jahr 6-8Wochen
		Fahrradergometer	Ausdauersportarten Rad	Max. 4/Jahr 6-8Wo
			Ski Alpin Snowboard Eishockey	max. 2/Jahr 6-8Wochen
			Technisch-kompositorische Sportarten falls Radtraining	Max. 1/Jahr
			Sportarten mit sekundärer Ausdauer-komponente (Schiessen/Curling etc.) falls Radtraining	Max. 1/Jahr
			Andere Sportarten mit vorwiegend Radtraining	max. 2/Jahr 6-8Wochen
		Kanuergometer	Kanu Flachwasser	Max. 4/Jahr 6-8Wo
			Kanu Wildwasser	Max. 3/Jahr

				6-8Wo
	Steigungsprotokoll	Laufband	Ski Nordisch Ausdauersportarten Lauf	Max. 4/Jahr 6-8Wo
	Skigangprotokoll	Laufband	Ski Nordisch	Max. 4/Jahr 6-8Wo
	Kapazitätstest	Laufband	Langstrecken Lauf	Max. 4/Jahr 6-8Wo
	Ruderstufentest nach Aitken	Ruderergometer	Rudern	Max4/Jahr 6-8Wo
	Schwimmstufentest	Schwimmbad	Schwimmen	Max. 4/Jahr 6-8Wo
<b>VO<sub>2</sub></b>				
	VO <sub>2</sub> -max	Laufband Fahrradergometer Kanuergometer Ruderergometer	Ausdauersportarten mit grossen involvierten Muskelmassen	Max. 4/Jahr 12 Wo
Zusätzliche VO <sub>2</sub> -Messung bei Laktatetest	VO <sub>2</sub> -peak	Laufband Fahrradergometer Kanuergometer Ruderergometer	Ausdauersportarten mit grossen involvierten Muskelmassen	Siehe Laktatetest

**Kraftdiagnostik**

Kraftform	Protokoll	Spezielle Indikation	Sportarten	Häufigkeiten Mind. Intervall
<b>Grundkrafttest</b>				
Grundkraft I Isoinertial	Grundkrafttest Rumpf		Alle Sportarten	1/Jahr bei genügendem Testresultat; Testwiederholung falls ungenügend nach mind. 6-8 Wo
<b>Sprungkraftmessung</b>				
Grundkraft II Isoinertial	Einzelprung Jump 1		Schnellkraftsportarten	Max. 4/Jahr 8 Wo
			Spiel- /Kampfsportarten	Max. 2/Jahr 8 Wo
			Technisch- kompositorische Sportarten	Max. 2/Jahr 8 Wo
	Seriensprung Jump 2		Spielsportarten Leichtathletik Kurzstrecken Kampfsportarten Ski Alpin Trampolin	Max. 2/Jahr 8 Wo
<b>Isokinetik</b>				
Grundkraft II Isokinetisch	Kurzprotokoll Iso1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Unklares Testresultat in Sprungtest</li> <li>○ Kontrolle der Reha</li> </ul>	Alle Sportarten	Nach Bedarf

		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Erfassen von Seitendifferenz</li> <li>○ Beuger-Strecker-Verhältnis;</li> <li>○ Kraftdefizit zum Kadernittelwert;</li> <li>○ Beurteilung Kniebeuger</li> <li>○ Ausgangsgrösse für Reha</li> </ul>	Alle Sportarten mit Kraftkomponente	Bei Kaderwechsel (Eintritt Nachwuchskader; Übertritt A-Kader)
		Leistungsdiagnostik	Skisprung Ski Alpin Ski Akro Rad LA Wurf LA Kurzstrecken Rudern Eisschnellauf Bob Gewichtheben	Max. 2/Jahr 10-12 Wo
	Schnellkraftprotokoll Iso2	Leistungsdiagnostik Als Alternative zum Kurzprotokoll	Skisprung Ski Alpin Ski Akro Rad LA Wurf LA Kurzstrecken LA Mehrkampf Eisschnellauf Bob Volleyball	Max. 2/Jahr 10-12 Wo

**Andere Testformen/ Feldtests**

Die Anwendung von Testformen, welche nicht den Swiss Olympic Standards entsprechen, müssen, damit sie von Swiss Olympic finanziert werden, im 4-Jahreskonzept beschrieben, begründet und gegebenenfalls wissenschaftlich belegt sein. Da eine sehr grosse Variationsmöglichkeit der Testdurchführung besteht, sollte die Testform von Feldtests (Bsp, Protokoll, Auswertungsparameter) kurz beschrieben werden.

**Ⓞ Informationsaustausch**

Die Analyse der sportmedizinischen Betreuung bei verschiedenen Verbänden hat u.a. gezeigt, dass ein Transfer von medizinischen Informationen zwischen den beteiligten Personen schwierig, jedoch für eine effiziente Betreuung wichtig ist. Da oft verschiedene Personen bei der Diagnose und Behandlung von Verletzungen/ Krankheiten involviert sind, ist der Austausch von medizinischen Informationen zu planen.

**Verbandsarzt ↔ Athlet**

Klärung der ‚Meldepflicht‘ des Athleten an den Verbandsarzt bei Krankheit/Unfall.

**Verbandsarzt ↔ Haus/Klubarzt**

Klärung des Austauschs von med. Informationen zwischen den versch. ärztlichen Betreuern. V.a. bei Mannschaftsportarten ist der Informationsaustausch zwischen Klub- und Verbandsärzten zu koordinieren.

**Verbandsarzt ↔ Trainer/Leistungssportchef**

Die Weitergabe von medizinischen Informationen an Nicht-Medizinalpersonen (Trainer etc.) ist nicht unproblematisch, allerdings für eine wirkungsvolle sportliche Betreuung notwendig (Trainingsanpassung, Selektion etc.). Es soll daher genau definiert werden, welche medizinischen, persönlichen Informationen unter welchen Bedingungen (Bsp. schriftliches Einverständnis des Athleten, direkt durch Athlet etc.) an die Trainer/Leistungssportchef weitergegeben werden. Empfohlen wird eine schriftliche Vereinbarung mit jedem Athleten. Bei Mannschaftsportarten ist der Informationsaustausch zwischen Verbands- und Klubtrainer zu bestimmen.

**7 Datendokumentation** 

Auflistung der Art und des Ortes der Dokumentation der Krankengeschichte sowie der Resultate der SPU und der Leistungsdiagnostik.

Die Kenntnis des Aufbewahrungsortes ermöglicht bei medizinischen Problemen ein schneller Zugriff auf relevante Informationen, die Verfolgung des individuellen Längsverlaufs oder eine wissenschaftliche Aufarbeitung.

**Athletendossier**

Zur Dokumentation der Verletzungsgeschichte, der Ergebnisse der sportärztlichen Untersuchung und leistungsdiagnostischen Tests hat sich in versch. Verbänden die Schaffung eines Athletendossiers bewährt. Der Athlet zeichnet sich verantwortlich dieses bei med. Kontrollen stets bei sich zu führen und fortlaufend zu aktualisieren.

Es ist geplant, ein entsprechendes Musterdossier von Swiss Olympic für die Verbände zur Verfügung zu stellen.

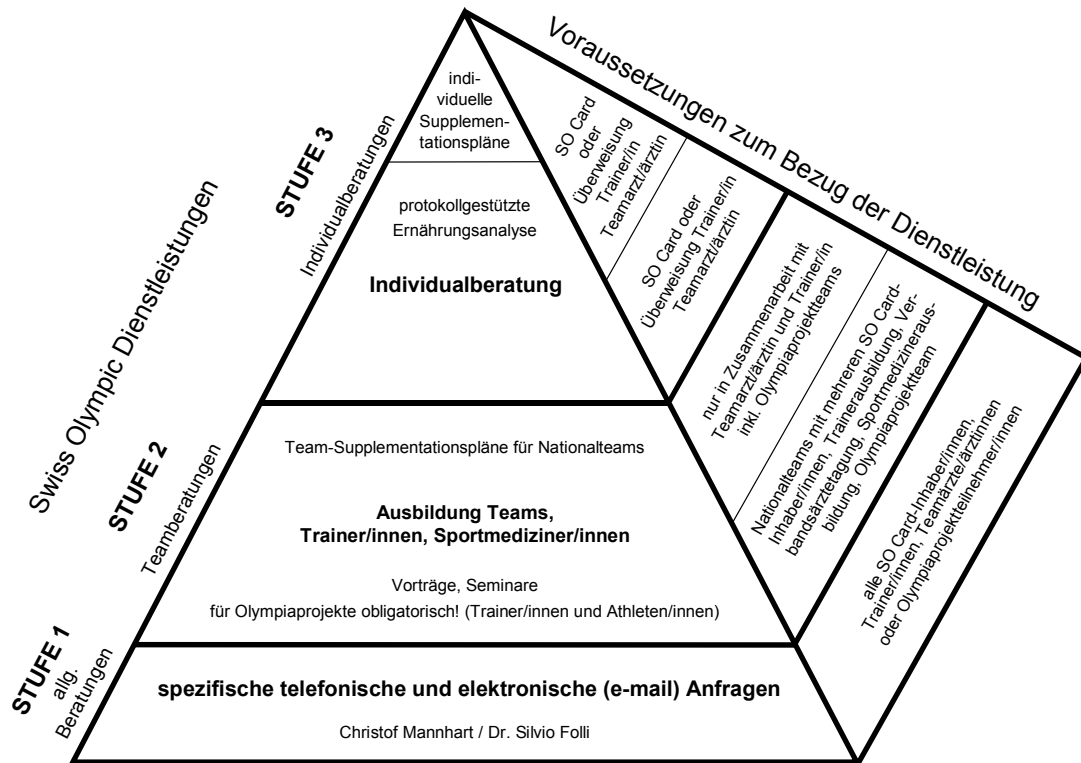
Auf die Sicherung des Datenschutzes ist zu achten.

**8 Ernährungsberatung**

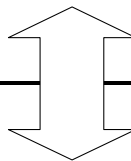
Die Dienstleistungen in der Ernährungsberatung von Swiss Olympic sind pyramidenförmig aufgebaut. Umfang und inhaltliche Tiefe der Beratung nimmt mit steigender Qualifikation der Athleten oder sportmedizinischer Relevanz zu. Dienstleistungen der Stufe 2 ( Team-Supplementationspläne, Ausbildung für Teams, Trainer und Sportmediziner; siehe untenstehende Pyramide) müssen in die 4-Jahresplanung aufgenommen werden. Dienstleistungen der Stufe 3 (Individualberatung) sind nur nach Rücksprache mit einer qualifizierten Ernährungsfachperson möglich. Für die Überweisung an Ernährungsfachleute sind in der Regel die Verbandsärzte verantwortlich. Weitere Informationen, insbesondere auch über qualifizierte Berater, können bei folgenden Fachpersonen eingeholt werden:

Christoph Mannhart, Sunntalstr. 11, 8633 Wolfhausen; Tel.: 055 263 17 70,  
christof.mannhart@bluewin.ch

Dr. Silvio Folli, Pharma Futura SA, Rte de Manège, 1950 Sion; 027 203 52 66, sfolli@omedia.ch



**Spezifische Dienstleistungen für SO Card-Inhaber/innen oder Olympiaprojekte, Trainer/innen und Verbandsärzte/innen**  
 (Gesamtverantwortung: Christof Mannhart, Dr. Silvio Folli (Westschweiz))



**Allgemeine Dienstleistungen für den leistungsorientierten Sport**

- Inet-Anlaufstelle mit Basisinformationen, Links und Adressen (z.B. in Zusammenarbeit mit Swiss Forum for Sport Nutrition, Dopinginfo.ch, Fachgruppe Sporternährung)
- Vermittlung von ausgewiesenen Fachkräften im Bereich Sporternährung (z.B. Fachgruppe Sporternährung)
- Erstellung eines sportspezifischen Kochbuches
- Erstellung der Schweizer Sporternährungspyramide
- SO Seminar

Weitere Hinweise sind auf der Homepage des ‚swiss forum for sport nutrition‘ zu finden ([www.sfsn.ethz.ch](http://www.sfsn.ethz.ch)).

## 9 Sportpsychologische Betreuung

Swiss Olympic arbeitet mit der Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (SASP) zusammen. Das Angebot der SASP beinhaltet zielgerichtete Projekte, Beratung, Betreuung, Schulung und Ausbildung, Vermittlung und Anwendung einzelner sportpsychologischer Trainingsverfahren und psychotherapeutische Beratung. Dieses Angebot unterliegt qualitativen und ethischen Richtlinien. Ausführliche Angaben zu den Dienstleistungen sind im Dokument ‚Sportpsychologie bei Swiss Olympic im Internet [www.sportpsychologie.ch](http://www.sportpsychologie.ch) zu finden. Planung von sportpsychologischen Dienstleistungen sollen nach den gegebenen Richtlinien und unter Einbezug der Koordinationsstellen (SWI/ BASPO Magglingen, PD Dr. R. Seiler; Sportpsychologie) erfolgen.

Besteht neben dem sportmedizinischen ein spezielles sportpsychologisches Konzept (durch Sportpsychologen erstellt, Vorlage unter [www.sportpsychologie.ch](http://www.sportpsychologie.ch)) ist dies mit Angabe der Kontaktadresse des Sportpsychologen aufzuführen.

## 10 Projekte

An dieser Stelle sind alle sportmedizinischen, sportpsychologischen, trainingsmethodischen oder sportwissenschaftlichen etc. Projekte aufzuführen. Die eigentliche detaillierte Projektbeschreibung erfolgt wie bisher separat oder über die neu geschaffene Koordinationsstelle für sportwissenschaftliche Projekte (Kontaktadresse: Swiss Olympic Association, Verbandsbegleiter, Haus des Sportes, Postfach 202, 3000 Bern 32, 031 359 71 11).

### Fragestellung/Inhalt

Zielsetzung des Projektes

### Projektleitung

Angaben zur Person, welche hauptsächlich für die Durchführung und Auswertung des Projekts verantwortlich ist, aufgeführt werden. Alle beteiligten Institutionen und Personen, welche eine Führungsfunktion haben, sind aufzuführen.

Die Projekte sollen anderen Verbänden bekannt gemacht werden. Damit soll eine Plattform geschaffen werden, um gemeinsame Projekte zwischen verschiedenen Verbänden durchzuführen und den Austausch von Know-how zu fördern.

## 11 Andere Dienstleistungen

Auflistung von Dienstleistungen, welche in der vorgegebenen Struktur keinen Platz gefunden haben.

## 12 Weiterbildung

In Weiterbildungen für Verbandsärzte/Physiotherapeuten können sportartspezifische medizinische Probleme diskutiert werden. Es ist förderlich, auch medizinische Personen, welche nicht dem eigentlichen Medical-Team angehören (Stützpunktärzte, Hausärzte etc.) in die Weiterbildung einzubeziehen.

Sportmedizinische Weiterbildungen für Athleten und Trainern fördern das Verständnis für physiologische/pathologische Zusammenhänge und helfen damit, geplante Massnahmen und Untersuchungen mit einer höheren Akzeptanz der Beteiligten durchzuführen.

## II Information Jahresplanung

In der jährlich an Swiss Olympic einzureichenden Jahresplanung ist die Umsetzung des Grundkonzepts für das kommende Jahr/ Saison vorzunehmen. Darin beinhaltet ist auch die Budget-Planung. Die Jahresplanung ersetzt den bisherigen Massnahmekatalog.

Zur Verminderung des administrativen Aufwandes wird eine Excel-Datei zur Verfügung gestellt, welche folgende, den Bereichen des 4-Jahreskonzeptes entsprechende Gliederung aufweist.

- Angaben von Änderungen gegenüber dem 4-Jahreskonzept
- Adressliste des Medical Teams
- Planung der Betreuung bei Wettkämpfen und Trainingslager
- Sportärztliche Untersuchung
- Leistungsdiagnostik
- Ernährungsberatung
- Sportpsychologische Betreuung
- Projekte
- Weiterbildung
- Materialbestellung
- Diverses

Die Jahresplanung wird in Zusammenarbeit des Verbandsarztes und des Leistungssportchefs ausgeführt.