



Bach T

Freiheit bedingt Verantwortung – Gedanken über Liberalismus und Sport

Der Präsident des Internationalen Olympischen Komitees, Dr. jur. Thomas Bach, wurde am 5.12.2015 mit der Reinhold-Maier-Medaille der gleichnamigen Stiftung für seine persönlichen Verdienste im Sport ausgezeichnet. Wir sind stolz, die anlässlich der Preisverleihung gehaltene Rede als Editorial dokumentieren zu können. Sport und Liberalismus sind für Bach sehr ähnlich. Es geht um Freiheit der Gedanken und Entfaltung der Persönlichkeit, aber dies bedeutet auch, dass Sport Verantwortung für seine „Governance“ übernehmen muss.

S. 3

WISSENSCHAFTLICHE BEITRÄGE

Carlsohn A

Recent Nutritional Guidelines for Endurance Athletes

› Carlsohn berichtet, welche Ernährung positive Effekte auf Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Trainingsanpassungen erzielen kann. Der tägliche Kohlenhydratbedarf variiert in Abhängigkeit der Trainingsbelastung zwischen 3-5g/kg/d während niedrig-intensiver und 8-12g/kg/d während hoch-intensiver Trainingsphasen. Auch die Empfehlung an Proteinbedarf von Spitzen-Ausdauersportlern liegt etwa doppelt so hoch wie bei Nicht- und Freizeitsportlern.

S. 7

Kratzenstein S, Carlsohn A, Heydenreich J, Mayer F

Dietary Supplement Use in Young Elite Athletes and School Children Aged 11 to 13 Years: A Cross-Sectional Study Design

› Die Studie untersucht, ob es bei kindlichen Nachwuchssportlern und Nichtsportlern ein unterschiedliches Verhalten zur Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM) gibt. Dabei hat sich herausgestellt, dass Nahrungsergänzungsmittel bei Sportlern zu 14% und Nicht-Sportlern zu 20% genutzt wurden, jedoch keine signifikanten Unterschiede zwischen den beiden Gruppen festgestellt wurden. Das Hauptmotiv war offenkundig die Gesundheit; bei 2/3 der Entscheidungen spielten die Eltern eine Rolle.

S. 13

Kindermann W, Scharhag J

Das Afrikanische / Afrokaribische Sporthertz

› EKG-Behandlungen und kardiovaskuläre Risiken von afrikanischen und afrokaribischen Sportlern unterscheiden sich signifikant von europäischen Sportlern. Kindermann und Scharhag zeigen die kardiovaskulären Besonderheiten solcher Sporthertzen und die damit verbundenen Unterschiede schwarzer und weißer Athleten auf.

S. 18

DOSSIER

»SKI UN-HEIL«

Verletzungen im Skisport und wie sie vermieden werden können

S. [D1]

»DR. GOOGLE, SETZEN, SECHS!«

S. [D4]

FLÜCHTLINGE ALS PATIENTEN:

Elektronische Gesundheitskarte für Asylbewerber?

S. [D5]

RATGEBER PRAXISMARKETING

(Teil 3)

S. [D6]

PROF. DR. JOSEF NIEBAUER IST NEUER PRÄSIDENT DER ÖGSMP

S. [D6]

DR. AXEL BOLSINGER ERHÄLT PARALYMPISCHEN ORDEN

S. [D6]

CD-ROM ARBEITSMEDIZIN

S. [D7]

Rubriken

Buchbesprechung

S. [D4]

Im Fokus

S. [D4]

Info kompakt

S. [D5]

DGSP AKTUELL

Termine

S. [D9]

Verbandsadressen

S. [D10]

CME CME-Punkte beantragt - Ausgabe 1/2016
 Kindermann W, Scharhag J,
 Das Afrikanische / Afrokaribische Sporthertz (S. 18-22)
 Beantworten Sie die Fragen unter
www.foerderverein-sportmedizin.de