

Königstein F, Königstein K

The Female Athlete – Sex Matters in Sports Medicine and Science

Dr. med. Karsten Königstein ist Junior Editor der DZSM. Gemeinsam mit der erfolgreichen Marathonläuferin und Mitglied der Athletenkommission im DOSB Fabienne Königstein widmet er dieses Editorial dem Thema «Frauenspezifische Aspekte im Sport». Es soll Bewusstsein schaffen für die besonderen Bedürfnisse weiblicher Athleten im Sinne einer optimalen Leistungsentwicklung und bestmöglichen physischen und psychischen Gesundheitsfürsorge.

S. 223

SCIENTIFIC CONTRIBUTIONS | WISSENSCHAFTLICHE BEITRÄGE

Cabre HE, Moore SR, Smith-Ryan AE, Hackney AC

Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S): Scientific, Clinical, and Practical Implications for the Female Athlete

› In diesem narrativen Review beleuchten die Autoren das Risiko eines Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S)-Syndroms, ausgelöst durch dauerhaft niedrige Energieverfügbarkeit (low energy availability, LEA). Der besondere Fokus dieser Arbeit liegt auf weiblichen Betroffenen. Ein unbehandeltes RED-S-Syndrom jedoch birgt für alle Betroffenen die Gefahr der schwerwiegenden kurz- wie langfristigen gesundheitlichen Konsequenzen.

S. 225

Hofmann K, Hanke LH, Bjarnason-Wehrens B, Diel PR, Flenker U, Wacker AJ

Effects of Acute Aerobic Exercise on Fat Metabolism in Pre- and Postmenopausal Women of Comparable Body Mass Index

› In der Menopause steigt das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen bei Frauen an. Ein Grund ist der durch die Estrogenabnahme veränderte Fettstoffwechsel. Die Autoren untersuchen bei insgesamt 24 Frauen, ob Ausdauertraining das Risiko für solche Erkrankungen reduzieren und sich positiv auf den Fettstoffwechsel auswirken kann.

S. 235

Schwalm LC, Bäcker S, Weisser B, Kusche-Vihrog K

Effects of Improved Cardiovascular Performance on Vascular Function – a Pilot Study

› In dieser Pilotstudie untersuchten die Autoren bei 21 Probanden den Zusammenhang zwischen einer verbesserten Ausdauerleistung und einem geringeren kardiovaskulären Risiko. Das 10-wöchige Lauftraining zeigte unter anderem Leistungsverbesserungen, Blutdrucksenkungen sowie Reduktionen des Augmentationsindex. Die genauen physiologischen Mechanismen sind jedoch noch nicht vollständig aufgeklärt.

S. 241

Bucher Sandbakk S, Tønnessen E, Haugen T, Sandbakk Ø

Training and Coaching of Female vs. Male Endurance Athletes on their Road to Gold. Perceptions among Successful Elite Athlete Coaches

› Dieser Kurzbeitrag analysiert die Erfahrungen von Trainern erfolgreicher Eliteausdauersportler bezüglich geschlechtlicher Unterschiede in Training und Coaching von männlichen und weiblichen Athleten. Alle Coaches beschrieben Unterschiede für Training und Coaching des jeweiligen Geschlechtes. Die Autoren plädieren für eine umfassendere Wahrnehmung der weiblichen Perspektive von Elitesport und fordern weiterführende Studien zu den hier identifizierten geschlechtsbezogenen Differenzen.

S. 251

DOSSIER

Long-COVID-Risiko bei Sportlern reduzieren: Langsam einsteigen, langsam steigern

S. [D1]

Skibergsteigen ab 2026 olympisch – welche Anforderungen stellt die Sportart?

S. [D4]

Natürliches Arzneimittel überzeugt Wissenschaftler und Sportmediziner

S. [D5]

Wird HIIT-Sprinttraining unter Hypoxie und Blood Flow Restriction noch effektiver?

S. [D6]

Positive Dopingprobe durch Sex mit gedoptem Mann?

S. [D7]

Frauen im Leistungssport: Nachholbedarf in der sportmedizinischen Forschung

S. [D8]

Stärkerer Fokus auf den Frauensport: Initiativen und Projekte

S. [D8]

Zyklusbasiertes Training – die Kraft der Hormone nutzen

S. [D9]

Kurzinterview: Profi-Triathletin Laura Zimmermann Der Menstruationszyklus als Erfolgsfaktor

S. [D10]

Tipps zur Trainingsdokumentation: Zyklustracking – diese Daten sind sinnvoll

S. [D10]

Die »Pille« für Sportlerinnen – Verhütungsmittel der Wahl?

S. [D11]

Sportwissenschaftliche Forschung über Frauen: einheitliche Methodik wichtig

S. [D11]

SMHS 2023: Synergien für Gesundheit und Bewegungsförderung

S. [D12]

Rubriken

Im Fokus

S. [D6]

Info kompakt, Im Web entdeckt

S. [D7]

DGSP AKTUELL

Termine

S. [D13]

Verbandsadressen

S. [D14]