

## INFORMATIONSBLETT ZUR SPORTMEDIZINISCHEN UNTERSUCHUNG

Um möglichst aussagekräftige Untersuchungsergebnisse zu erzielen, ersuchen wir Sie um Beachtung folgender Punkte:

### FÜR DIE UNTERSUCHUNG BENÖTIGEN SIE:

- Sportbekleidung (Sportschuhe, Sporthose, T-Shirt)
- Duschsachen
- Eventuell vorhandene Befunde von Voruntersuchungen (Blutbefunde, Röntgenbefunde, etc.)
- Ausgefülltes Anamneseblatt für über oder unter 18 jährige, (für Minderjährige mit ausgefüllter und unterschriebener Zustimmungserklärung);
- Sie sollten ein leichtes Frühstück genossen haben, bei Untersuchungen um die Mittagszeit sollte die letzte größere Mahlzeit ca. 3 Stunden zurückliegen.

### ABSAGE UND KRANKHEIT

- Falls Sie den vereinbarten **Termin nicht einhalten** können, ersuchen wir um **rechtzeitige Verständigung (mindestens 3 Arbeitstage** vor dem vereinbarten Termin, mittels beiliegendem Fax-Formular oder Anruf), da wir andernfalls eine Stornogebühr einheben müssen.
- Bei **akuten (fiebrhaften) Infekten** kann die **Leistungsdiagnostik nicht durchgeführt** werden. Bei kurzfristiger Absage kann gegen Vorlage einer ärztlichen Bestätigung die Stornogebühr erlassen werden.

### BESONDERHEITEN FÜR ATHLETEN

- Trainingsaufzeichnungen mitbringen (falls vorhanden)
- **Radfahrer:** SPD-Pedale und Look/Look Keo-Pedale sind vorhanden. Sie können Ihre eigenen Radschuhe mitnehmen. Falls Sie ein anderes Pedalsystem verwenden, bitte auch Pedale mitbringen (Leider können wir nur Pedalsysteme verwenden, die mit Schraubschlüssel an die Kurbel geschraubt werden können. Wegen der Verkleidung des Ergometers sind Pedale, die nur mittels Imbus von Innen angeschraubt werden können, nicht verwendbar).
- **Läufer** können ab sofort einen Laufbandtest durchführen, dabei wird allerdings kein EKG registriert.
- **Bestimmung des Ruhepulses** an mehreren Tagen gleich nach dem Aufwachen oder am Abend während einer Ruhephase (wichtig für die Berechnung der individuellen Trainingsherzfrequenz).
- **Athleten: 2 Tage vor dem Termin nur lockeres Training** (kein Wettkampf, keine intensiven Trainingseinheiten), um das Untersuchungsergebnis nicht zu verfälschen.
- **Bei Laktatergometrien** ist es wichtig, dass Sie in den letzten 3 Tagen eine ausreichend Kohlehydrate (Nudeln, Kartoffel, Reis, etc) gegessen haben.

### BESONDERHEITEN FÜR SCHÜLERGRUPPEN UND MINDERJÄHRIGE

- Bei Minderjährigen ist die Zustimmungserklärung des Erziehungsberechtigten unbedingt erforderlich!
- Schülergruppen müssen von einer Aufsichtsperson begleitet werden, die Schüler sollten eine Jause und Spiele oder Lesematerial zur Beschäftigung während unvermeidlicher Wartezeiten mithaben.

***Viel Erfolg beim Test wünscht das IPAS-Team!***