

# Sportmedizinische Leistungsdiagnostik mit Trainingsberatung:

Anhand der bei der **Spiroergometrie (Leistungsdiagnostik)** erhobenen Ergebnisse, erfolgt eine individuelle **Trainingsberatung und -steuerung**.

Der Einsatz von Leistungsdiagnostik als "Fitness-Check" ist inzwischen nicht nur im Breiten- und Leistungssport weit verbreitet. Dieselben Methoden werden auch zur Diagnose von Funktionseinschränkungen bei klinisch schwer kranken Patienten eingesetzt.

Ziel der Leistungsdiagnostik ist eine objektive Bestimmung der **kardio-pulmonalen und metabolischen Leistungsfähigkeit**.

Bei klinischen Fragestellungen ist dieser Ansatz zum Beispiel hilfreich, um pathologische Einschränkungen mit eventueller therapeutischer Konsequenz zu beschreiben.

Im Sport ermöglicht derselbe Ansatz wiederum ein Monitoring der leistungsbestimmenden Faktoren und die Dokumentation einer **positiven Trainingsentwicklung und Trainingssteuerung**.

## Anwendungsgebiete für die Leistungsdiagnostik:

- Erstellung von Trainingsempfehlungen im Freizeitsport
- Trainingssteuerung im Ausdauersport
- Trainingsverordnung in der Rehabilitation
- Objektive Leistungsprognosen für Wettkampfsport
- Feststellung oder Verlaufsbeurteilung einer funktionellen Beeinträchtigung bei schweren chronischen internistischen Erkrankungen (z.B. COPD, Herzinsuffizienz)
- Präoperative Evaluation bei speziellen Erkrankungen (z.B. zur Frage der Herztransplantation oder vor Lungenteilresektion)
- Gutachterliche Fragestellungen
- Arbeitsmedizinische Evaluation
- Präventionssport