



# Medical Team ÖTSV

## Vorstellung und Leistungsspektrum

WERTUNGSRICHTERSCHULUNG ÖTSV  
JÄNNER 2024

# Medical Team ÖTSV



**DR. PATRIZIA MELCHERT**  
VERBANDSÄRZTIN, KOORDINATION  
SPORT- UND TANZMEDIZIN  
KONS. ORTHOPÄDIE  
NOTFALLMEDIZIN

**MAG. KERSTIN DANZER-FROMM**  
SPORTPSYCHOLOGIE, KLINISCHE-,  
NOTFALL-, ARBEITS- U.  
GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE,



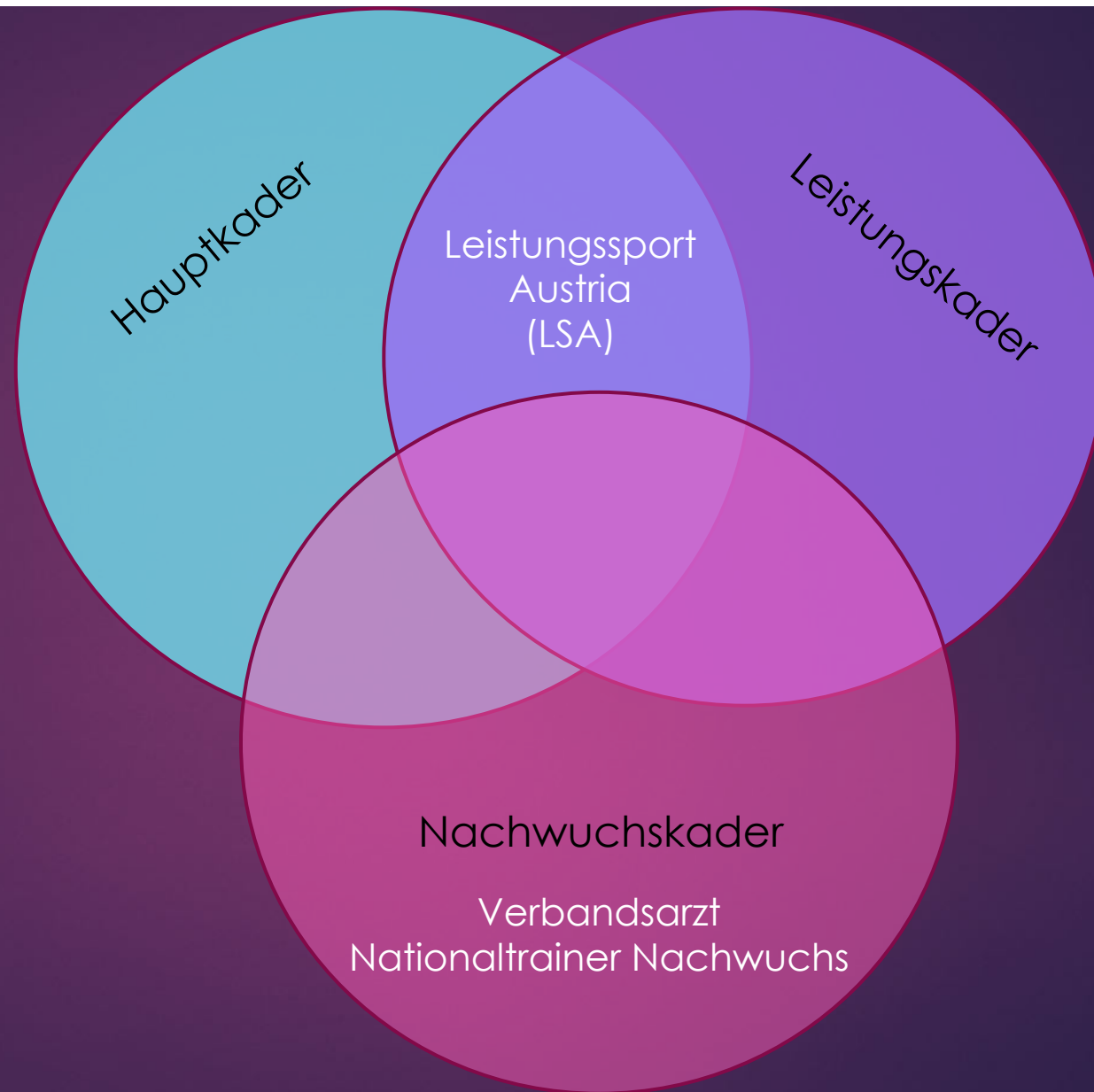
**CONNY HARTINGER-SCHEINER**  
**MSC.**  
SPORT- UND TANZ PHYSIOTHERAPIE  
PERFORMING ARTS PHYSIOTHERAPIE

**MELINA THOLLER**  
SPORTPHYSIOTHERAPIE  
TANZPHYSIOTHERAPIE  
LEISTUNGSSPORT AUSTRIA

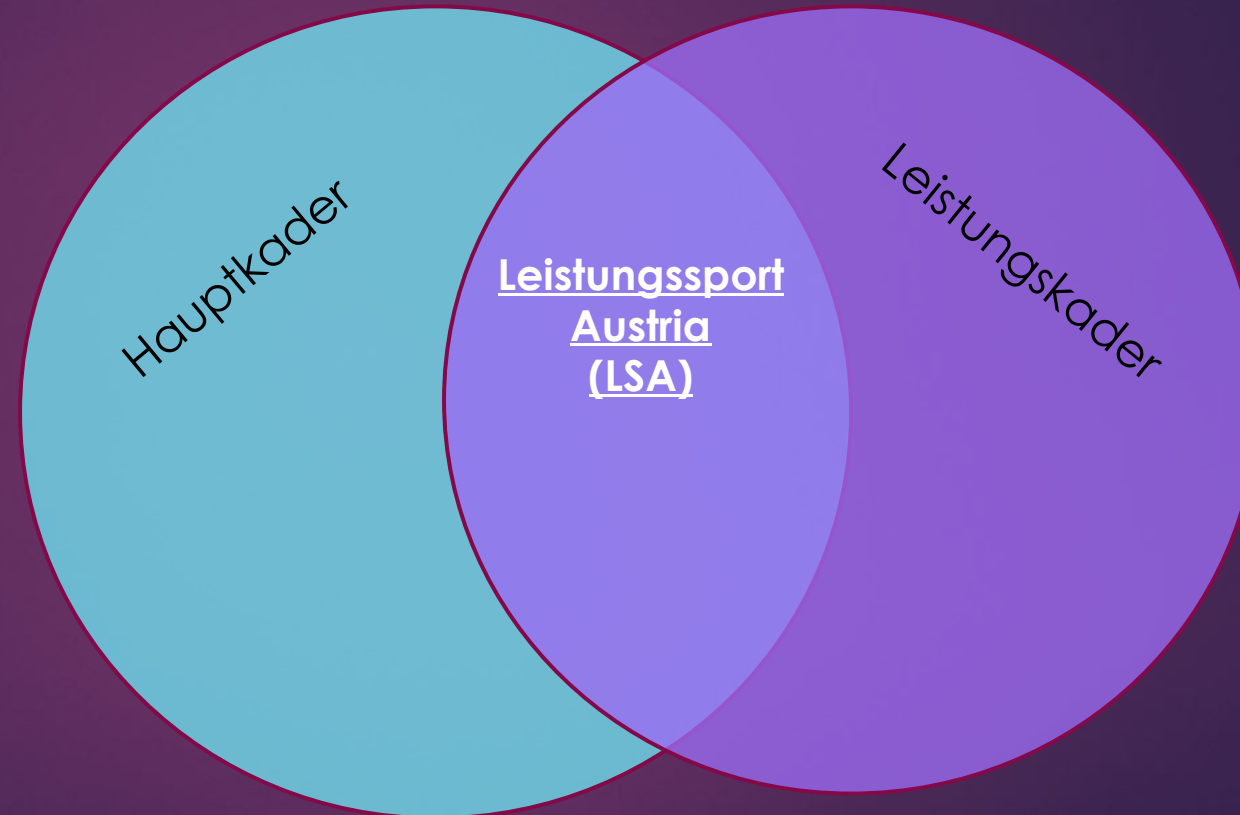


**MARKUS HACKL**  
KOORDINATION  
LINK ÖTSV  
SPORTWISSENSCHAFTER  
NATIONALTRAINER NWK

# Medizin und Prävention



# Haupt/Leistungskader





Gefördert von

 **Bundesministerium**  
Kunst, Kultur,  
öffentlicher Dienst und Sport



LEISTUNGSSPORT AUSTRIA | Johann Steinböck-Straße 19 | A-2345 Brunn am Gebirge  
+43 (2236) 229 28 | [office@leistungssport.at](mailto:office@leistungssport.at) | [www.leistungssport.at](http://www.leistungssport.at)

 Leistungssport Austria 

# Leistungssport AUSTRIA

“High Performance Center”

für den heimischen **Leistungs-** und **Spitzensport**.

Sportler:innen der österreichischen **Nationalkader** werden bei LSA

- sportwissenschaftlich
- sportmedizinisch u.
- sporttherapeutisch

betreut.

Wir betreuen pro Jahr:

**38 Bundes-Sportfachverbände**

**>600** Sportler:innen

Fachbereich Sportwissenschaft

**>700** Sportler:innen

Fachbereich Sportmedizin

**>400** Sportler:innen

Fachbereich Ernährung

**>400** Sportler:innen

Fachbereich Anthropometrie

**>450** Sportler:innen

Fachbereich Sporttherapie

In Summe sind es mehr als **1.300** Sportler:innen, die wir in den unterschiedlichen Fachbereichen pro Jahr betreuen.

# Unsere ANSPRECHPARTNER bei Leistungssport Austria



Dr.<sup>in</sup> Sabine **MERANER**  
Leitung Sportmedizin

T: +43 2236 22928

H: +43 676 357 38 03

E: s.meraner@leistungssport.at

E: medizin@leistungssport.at



Melina **THOLLER**, BSc  
Physiotherapeutin

T: +43 2236 22928

M: +43 664 157 98 77

E: m.tholler@leistungssport.at



Christoph **SOUKUP**, BSc MSc  
Fachbereich Sportwissenschaft  
Spezialgebiet: Leistungsphysiologie |  
Ausdauer

T: +43 2236 22928

M: +43 664 101 29 75

E: c.soukup@leistungssport.at

# Der ÖTSV bei Leistungssport Austria

2024:

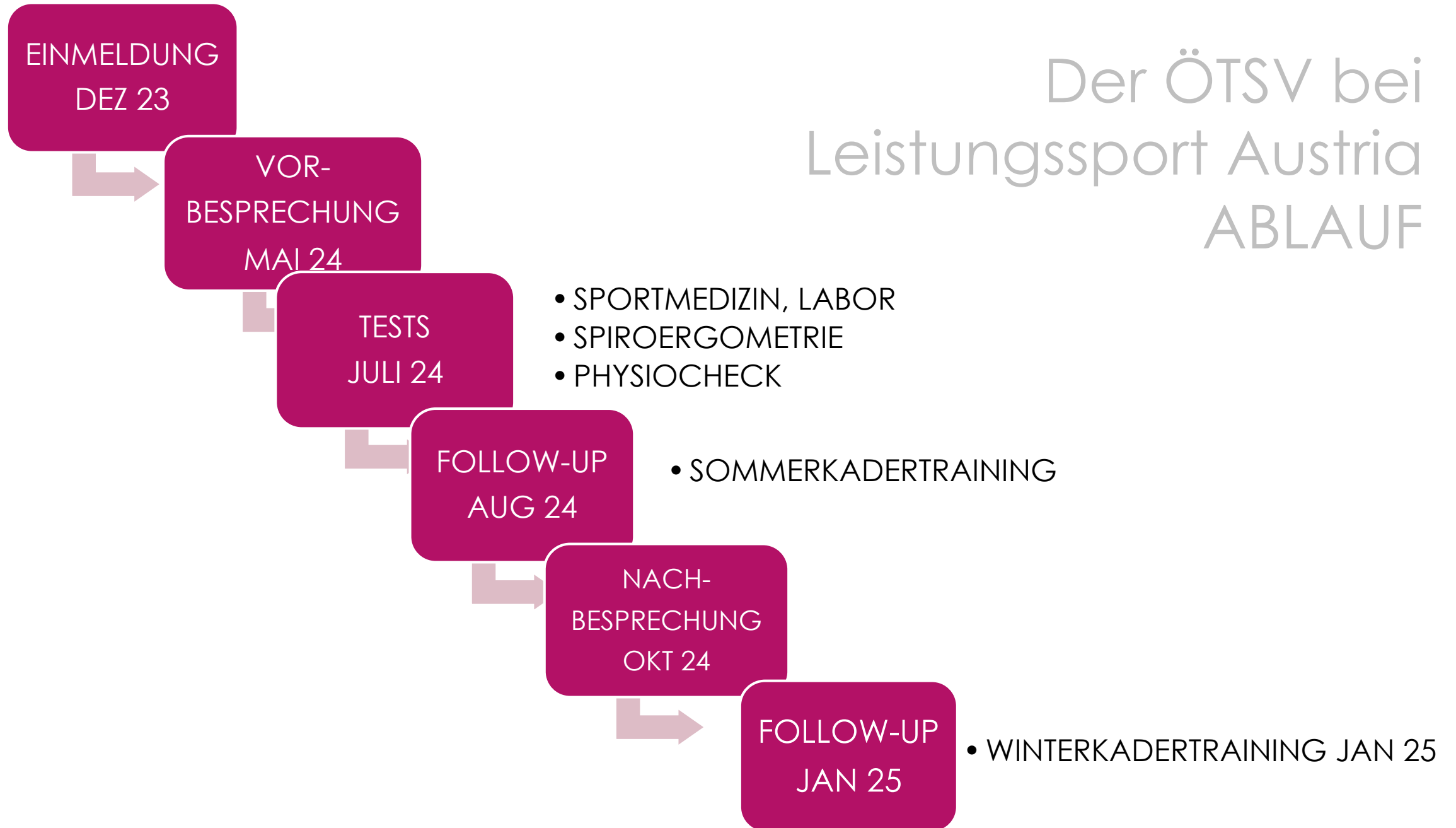
46 eingemeldete ÖTSV - Athletinnen und Athleten

>18a

des Haupt- und Leistungskaders



# Der ÖTSV bei Leistungssport Austria ABLAUF





FACHBEREICH SPORTMEDIZIN



FACHBEREICH SPORTTHERAPIE



Fachbereich Sportwissenschaft

# TESTUNGEN



AUSTRIAN SPORTS RESORTS  
BSFZ Südstadt

## Physiotherapeutisches Screening

### Leistungssport Austria - TANZSPORT 2023

#### Tabellarische Aufstellung

Belastung [Watt]	Laktat [mmol/l]	Hf [1/min]	VO2 [ml/min]	VCO2 [ml/min]	RQ [VCO2/VO2]	VE [l/min]
50		102	1257	1258	1,00	35,85
75		106	1331	1256	0,94	35,95
100		108	1638	1451	0,89	41,30
125		111	1879	1586	0,84	42,30
150		116	2163	1850	0,86	49,70
175		123	2453	2198	0,90	56,90
200		131	2751	2498	0,91	62,00
225		140	2989	2819	0,94	71,15
250		147	3235	3075	0,95	77,35
275		153	3566	3411	0,96	86,40
300		159	3847	3806	0,99	99,75
325		169	4177	4268	1,02	112,70
350		174	4535	4783	1,05	133,35
375		180	4800	5318	1,11	164,30
385		184	4911	5739	1,17	204,60

#### Schwellen / Maximalwerte

Schwelle	Belastung [Watt]	Belastung [Watt/kg]	Laktat [mmol/l]	Hf [1/min]	VO2 [ml/min]	VO2 [ml/kg/min]	VO2 [%]
ANS	224	2,62		137	2924	34,16	59,54 %
IANS	327	3,83		170	4317	50,43	87,90 %
maximaler Wert	385	4,50		184	4911	57,37	100,00 %

#### Trainingsbereiche

Trainingsbereich	Herzfrequenz [1/min]		Belastung [Watt]	
	von	bis	von	bis
Regeneration/Kompensation A0	110	115	125	150
Extensives Ausdauertraining A1	116	138	150	225
Intensives Ausdauertraining A2	138	163	225	262
Intensives Ausdauertraining A3	153	170	262	325
Entwicklungsbereich A4	170	184	325	399

General Laxity Score	o.B		
<b>WS/Thorax</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Schulter</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Ellbogen</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Handgelenk</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Hand/Finger</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Hüfte</b>			
Rang of Motion	o.B		
Thomas Test	o.B		
FADIR/FABER	o.B		
Anmerkung		Tonus li UE ++ im SV	
<b>Knie</b>			
Rang of Motion	o.B		
Palpation anterior	o.B		
Heel Elevated s.L Squat	o.B		
Thessaly 20°	o.B		
Anmerkung			
<b>Sprunggelenk</b>			
Rang of Motion	o.B	DE - I Mob!	
Anterior Drawer 10°	o.B		
Anmerkung		gering + Ev. bds.	
<b>Fuß/Zehen</b>			
Rang of Motion	o.B		
Anmerkung			
<b>Zusätzliche Tests</b>			
Deep Squat	o.B		3
Push up	o.B		3
SLR	o.B	L 2	R 2
Airplane	o.B	L Ausführung gut	R Ausführung gut
Zehenstand 1 B	o.B	L Stabi weiterführen	R Stabi weiterführen
Sprung 2-2	o.B	L Val ++	R Val++
Sprung 1-1	o.B	L Ausführung ok	R Ausführg ok
FBA	o.B		0
Messung Knee- Wall	o.B	L 8	R 7
<b>Bewegungsanalyse der jeweiligen Disziplin</b>			
Thema		Alignment im 1 B Stand - Aufrichtung Fußgewölbe (I)	
Alignment		Eversion ++ bds. Fuß	
Drehungen			



# KOSTENFREIE Leistungen für eingemeldete AthletInnen im laufenden Jahr

Nach gegebener Sporttauglichkeit im Rahmen der im hauseigenen Ambulatorium durchgeführten sportmedizinischen Tauglichkeitsuntersuchung, stehen den Sportler:innen folgende Leistungen ohne Aufpreis zur Verfügung:

- Sportwissenschaft
- Anthropometrie
- Ernährungsberatung
- Physiotherapie
- Sportorthopädische Beratung



# Das österreichische Problem ...



# Nachwuchskader



Nachwuchskader

Verbandsarzt  
Nationaltrainer Nachwuchs



# Nachwuchskadercheck - P Melchert

1x b. Eintritt NWK  
45min p.P.



Empfehlungs-  
schreiben



Follow-up  
1x/a  
Sommerkader  
15min p.P.

# ÖTSV Kader Gesundheitscheck - Empfehlungen

Name:

Datum:

**Aufgrund der Ergebnisse des ÖTSV-Gesundheitschecks spreche ich im Sinne der  
Vorsorge als Verbandsärztin folgende sportmedizinische Empfehlungen aus:**

Vorstellung beim Facharzt für \_\_\_\_\_  
wegen:

Vorstellung beim Facharzt für \_\_\_\_\_  
wegen:

Trinkmenge mind 1,5-2l an trainingsfreien und 3-4l an Trainingstagen

Effektiveres Warm-up im Training

Effektiveres Warm-up am Turnier

Passende Tanzschuhe zur Unterstützung des Gewölbes

Rechtzeitiges Wechseln/Erneuern der Tanzschuhe

Für Damen: selteneres Tragen hoher Schuhe im Alltag

Fußmuskeltraining

Beinachsentraining

Dehnung folgender Muskelgruppe/n:

Iliopsoas (Hüfte)

Unterschenkelmuskulatur

(Gastrocnemius)

Quadrizeps (OS)

Unterschenkelmuskulatur (Soleus)

Ischiocruralmuskulatur

Unterschenkelmuskulatur (Flexor hall. long.)

Pectoralis (Brust)

Tractus iliotibialis

Trainingsempfehlungen für das tanzsportliche Training:

Physiotherapie wegen:

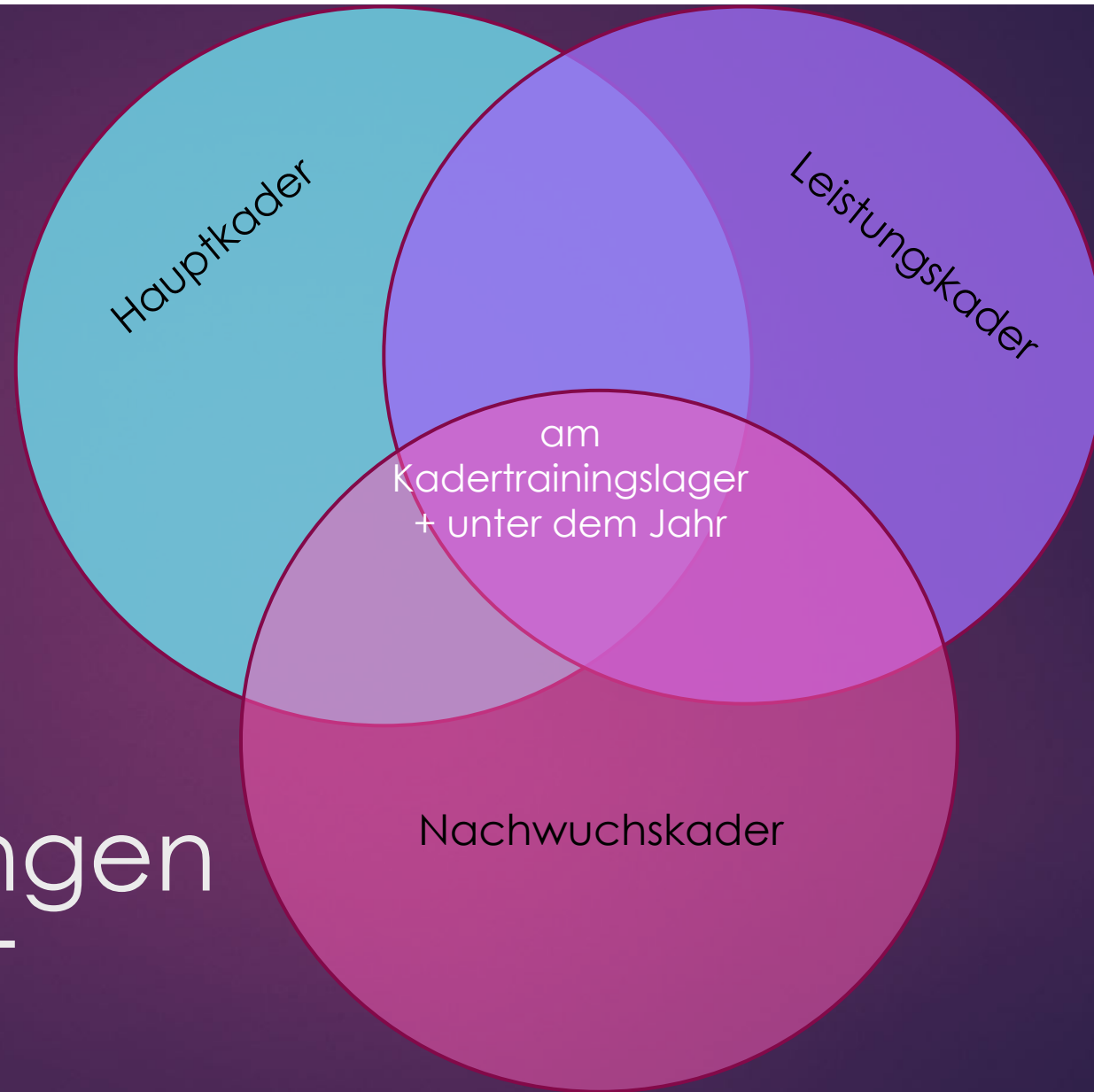
Einlagen:

Sonstiges:

**Mit freundlichen Grüßen**

**Dr. med. univ. Patrizia Melchert**

# Kaderleistungen Medizin u PT



# Kadertrainingslager Medizin und PT

- ▶ Sportmed. u. PT Akut-Betreuung und Therapie am Flächenrand
- ▶ Organisation von Medikamenten, Rettung, etc.
- ▶ Anlaufstelle für alle persönlichen, medizinischen und PT Anliegen
- ▶ Wissenschaftliche Untersuchungen im Tanzsport in Zusammenarbeit mit Universitäten und Masterarbeitsstudenten
- ▶ Warm-ups
- ▶ Spiraldynamikeinheiten mit Anna Schrefl
- ▶ + emotionale Betreuung und Psychohygiene für alle 😊











## 1. Akute Verletzungen

### Lokalanästhetika

z.T. Rp

Alle Präparate, die ausschließlich Lokalanästhetika enthalten, sind erlaubt. (Die Anwendung von Adrenalin in Verbindung mit einem Lokalanästhetikum oder die lokale Anwendung z. B. an Nase oder Auge ist erlaubt).

### Externa z. B.

ABC Wärme-Pflaster (sensitiv)  
Diclo-ratiopharm Schmerzgel  
Diclox forte  
doc Arnika  
doc Ibuprofen Schmerzgel  
Finalgon CPD Wärmecreme  
Finalgon Wärmecreme DUO/  
Wärmesalbe DUO  
Hepa-Gel  
Heparin  
ibutop Schmerzcreme/-gel  
Kytta Schmerzsalbe

Mobilat DuoAktiv  
Mobilat Intens Muskel- und  
Gelenksalbe  
Proff Schmerzcreme/-gel  
Reparil-Gel N Madaus  
Thermacare Schmerzgel  
Thrombophob 60000  
Traumaplant Schmerzcreme  
Traumeel S  
Traumon  
Voltaren Gel

z.T. Rp

### Interna z. B.

Bromelain-POS  
Bromelaintabletten hysan  
Phlogenzym (mono)  
Traumanase  
Traumeel S  
Wobenzym  
siehe auch Schmerzen (S. 25)

## 2. Allergien, Heuschnupfen

<sup>1</sup> Die gekennzeichneten Medikamente enthalten Kortison. Bitte geben Sie insbesondere die Anwendung dieser Medikamente bei Dopingkontrollen immer an!

Aerius	Rp	Cetirizin	
Allergenextrakte zur Hypo- /Desensibilisierung	Rp	Cromo-ratiopharm	
Allergodil	z.T. Rp	Desloratadin	z.T. Rp
Beclometason-ratiopharm Nasenspray <sup>1</sup>	z.T. Rp	Dexa-Rhinospray N sine <sup>1</sup>	Rp
Beclorhinol Aquosum <sup>1</sup>	Rp	Dymista <sup>1</sup>	Rp
Budes <sup>1</sup>	Rp	Ebastel	Rp
		FeniHydrocort <sup>1</sup>	
		Fenistil	

## App Store Vorschau

Öffne den Mac App Store, um Apps zu kaufen und zu laden.



### MedApp <sup>12+</sup>

NADA Nationale Anti-Doping Agentur Austria GmbH

Entwickelt für iPad

Nr. 150 in Sport

★★★★★ 5,0 • 6 Bewertungen

Gratis

[Anzeigen in: Mac App Store ↗](#)

**nada**  
FÜR SAUBERE LEISTUNG

**BEISPIELLISTE  
ZULÄSSIGER  
MEDIKAMENTE  
2023**













# Physiotherapie ÖTSV



**CONNIE HARTINGER-SCHEINER**

**MSC.**

SPORT- UND TANZ **PHYSIOTHERAPIE**

PERFORMING ARTS **PHYSIOTHERAPIE**

**MELINA THOLLER**

SPORTPHYSIOTHERAPIE

TANZPHYSIOTHERAPIE

LEISTUNGSSPORT AUSTRIA

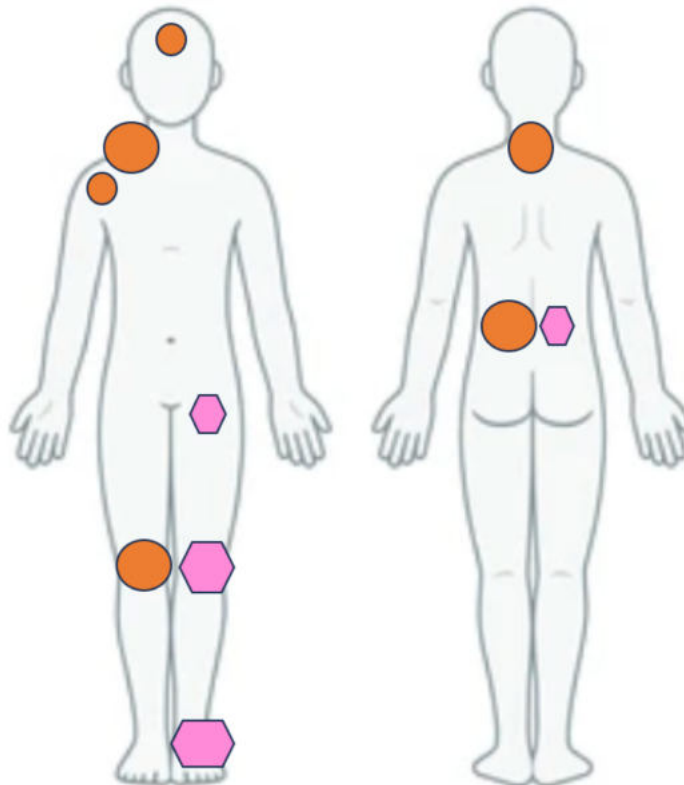
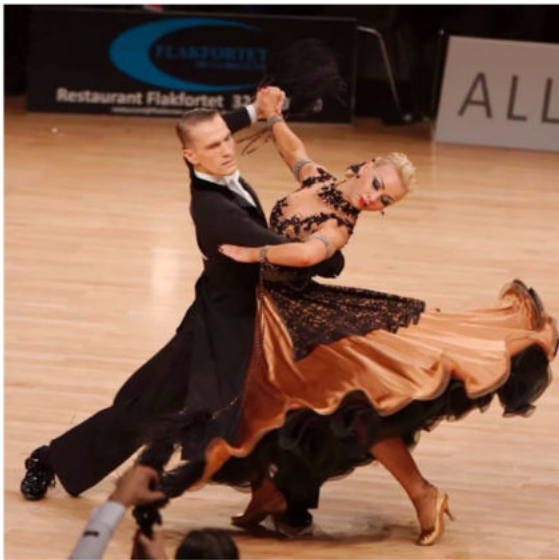




# Problemstellen Tanzsport



Standard



Latin



# Train hard but wisely

## **Therapieansätze:**

1. Mobilisation - Brustwirbelsäule und Hüfte
2. Kräftigung – Hinterer und vorderer Oberschenkel, Bauch, Rücken
3. Beinachsentraining - va. Knie und Sprunggelenk
4. HIIT, Grundlagenausdauer
5. Warm-up, Cool-down



DANKE

für eure  
Herzensarbeit  
und -  
Zusammenarbeit.



DANKE



für das Vertrauen.



# KONTAKT

**DR. PATRIZIA MELCHERT**

MEDDANCE

ORDINATION FÜR SPORT- UND TANZMEDIZIN

PIARISTENGASSE 2-4/12

1080 WIEN

**+436763669083**

**[VERBANDSARZT@OETSV.AT](mailto:VERBANDSARZT@OETSV.AT)**