

**Mitteldeutsche Sportmedizintage 2019
im Rahmen der Messe Therapie 2019 in Leipzig**

Freitag, 08.03.2019

Die Veränderung unserer Arbeits- und Lebenswelt infolge Digitalisierung und Globalisierung: Nie war der Sport so wichtig wie heute

Vormittag 9:30 – 12:30 Uhr

Chancen und Risiken von sportlicher Betätigung: Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Sportarzt

Teil 1: Sport wirkt wie ein Medikament

9:30 – 9:45 Uhr

Ina Ueberschär:

Einführung: Sport wirkt wie ein Medikament: aber auch hier gilt „Vorbeugen ist besser als Heilen“

9:45 – 10:15 Uhr

F. Rosenberger, Heidelberg (zugesagt)

Wirkung des Sports bei onkologischen Erkrankungen: Dosiswirkungsfindung für die Sporttherapie bei Tumorerkrankungen

10:15 – 11:00 Uhr

Moritz Petzold, Charité, Berlin (zugesagt)

Wirkung des Sports bei psychischen Erkrankungen

11:00 - 11:10 Uhr

kurze Bewegungspause unter Anleitung (mit Bewegungsmultiplikatoren)

11:15 – 11:45 Uhr

C. Altmann, Bad Gottleuba (zugesagt)

Wirkung des Sports bei kardiopulmonalen Erkrankungen

11:45 – 12:15 Uhr

J. Hübscher, Jena (zugesagt)

Wirkung des Sports bei orthopädischen Erkrankungen unter besonderer Berücksichtigung der Osteoporose

12:15 – 12:30 Uhr

Ina Ueberschär:

Zusammenfassung und Resümee des Vormittags mit Ausblick auf den Nachmittag

Nachmittag 15:00 – 18:00 Uhr

Chancen und Risiken von sportlicher Betätigung: Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Sportarzt

Teil 2: Wenn Sport krank macht – auch bei Sport gilt: die Dosis macht das Gift

15:00 – 15:15 Uhr

Ina Ueberschär:

Einführung: Sportmedizinische Grundlagen für ein optimales Training

15:15 – 16:00 Uhr

Olaf Ueberschär, Leipzig (zugesagt)

Vermeidung sportbedingter Überlastungs- und Fehlbelastungsschäden des Haltungs- und Bewegungsapparats aus biomechanischer Sicht

16:00 – 16:45 Uhr

1 bis 2 Kasuistik(en) mit betroffenen Hochleistungssportlern: Was ist passiert? Wo lagen die Fehler? Was haben er/sie daraus gelernt?

16:45 – 16:55 Uhr

kurze Bewegungspause unter Anleitung (mit Bewegungsmultiplikatoren)

17:00 – 17:45 Uhr

Jan Wüstenfeld, Leipzig (zugesagt)

Ursache, Symptome und Therapie des Übertrainings aus sportmedizinisch-internistischer Sicht

17:45 – 18:00 Uhr

Ina Ueberschär:

Zusammenfassung und Resümee des gesamten Kongresstages