



Immer mehr Läufer – wie auch hier in Regensburg – zieht es auf die Langstrecken.

Foto: Lex

Langstreckenlauf – künftig nur mehr mit Startpass?

Experten fordern: Marathon-Läufer sollen Herzcheck machen lassen

VON HEINZ GLÄSER, MZ

REGENSBURG. Eine alarmierende Zahl: Bei Laufveranstaltungen in Deutschland sind seit Jahresbeginn sieben Menschen tot zusammengebrochen. Zuletzt kollabierte ein 17-Jähriger nach dem Ratsherrenlauf in Adenbüttel/Niedersachsen und konnte trotz sofortiger Hilfsmaßnahmen nicht wiederbelebt werden. Der Ruhr-Marathon am 13. Mai hatte zwei Todesfälle zu beklagen, ein drittes Opfer, das bereits als tot gemeldet worden war, konnte reanimiert werden. Schlagzeilen wie „Marathon – Blutwerte wie bei einem Herzinfarkt“ sorgten für zusätzliche Verunsicherung in der Laufsport-Szene.

Experten fordern seit einiger Zeit die Einführung eines „Startpasses“, der nur nach einem Herzcheck vergeben werden soll. Marathon-Starts dürften – zumal bei Sportanfängern – künftig nur noch möglich sein, wenn eine gründliche ärztliche Untersuchung des Herzens vorausgegangen ist. Dies befürwortet auch Dr. Frank Möckel. Der Leiter des Instituts für

Prävention und Sportmedizin (IPS) im Regensburger Gewerbepark hält eine gründliche Anamnese, um über



Dr. Frank Möckel
Foto: privat

Vorerkrankungen informiert zu sein, eine sportmedizinische Untersuchung mit Ruhe-EKG sowie bei Unregelmäßigkeiten ein Belastungs-EKG und weitere Überprüfungen für sinnvoll. Erst wenn alle Tests erfolgreich absolviert seien, sollte es eine Bescheinigung „sporttauglich für Marathonlauf“ geben. Dr. Möckel verweist auf eine ähnliche Praxis bei großen Laufveranstaltungen in Frankreich, die den Startpass vorschreiben.

„Es geht darum, das Risiko zu minimieren – auch wenn es keine 100-prozentige Sicherheit geben kann“, sagt der Vizepräsident des Bayerischen

Sportärzterverbandes. Leitlinien für Vorsorgeuntersuchungen habe die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention aktuell erarbeitet. Durch eine ärztliche Untersuchung mit Ruhe- und Belastungs-EKG könne beispielsweise eine Vorerkrankung des Herzens zu circa 80 Prozent ausgeschlossen werden.

Möckel warnt zugleich davor, den Laufsport generell als gesundheitsgefährdend zu brandmarken. Die Heilkraft von Bewegung und Fitness sowie der Nutzen körperlicher Aktivität seien weiterhin unbestritten, auch wenn die „Gesundheitsrisiken während einer Belastung natürlich leicht erhöht“ seien. Zum Thema „Bewegung und Sport statt Medikamente?“ hat der Regensburger Mediziner jüngst in einen Artikel im Bayerischen Ärzteblatt Stellung genommen.

Bleibt in Bezug auf den Startpass noch die Kostenfrage, da die Krankenkassen bislang für diese Untersuchungen nicht aufkommen. Die Investition erscheint trotzdem sinnvoll – dient sie doch der eigenen Gesundheit.