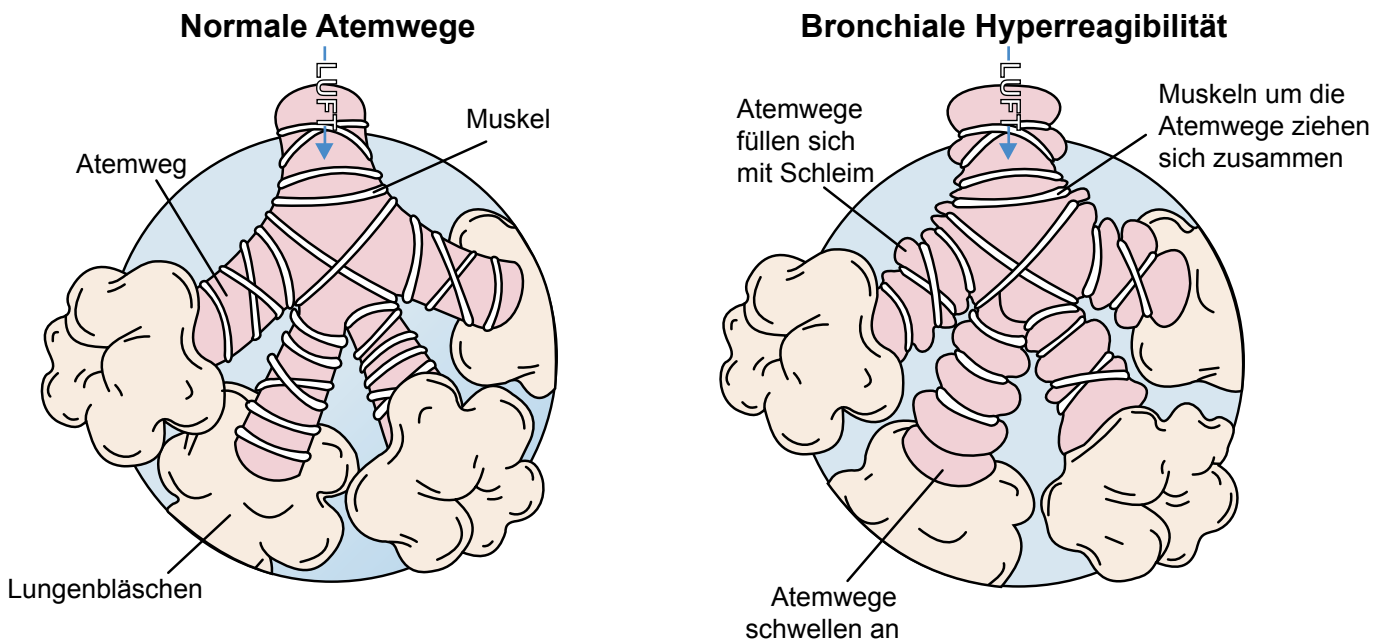




Asthma bei Leistungssportlern

Dieses Merkblatt möchte die Zunahme von Asthma und bronchialer Hyperreagibilität bei Leistungssportlern erklären sowie Informationen zur empfohlenen Behandlung und den vorgeschriebenen Tests geben.

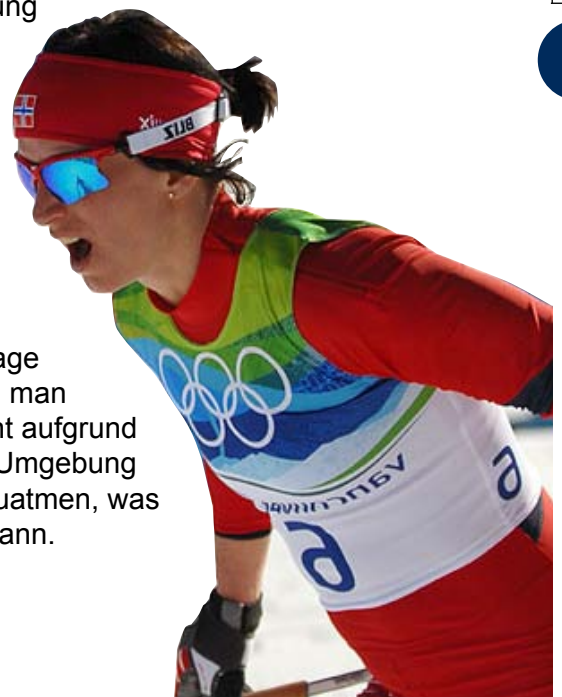
Belastungsasthma und bronchiale Hyperreagibilität (BHR) treten immer häufiger bei Topsportlern auf, besonders bei denjenigen, die wettbewerbsmäßig Ausdauersport betreiben. Die BHR ist ein Maß dafür, wie leicht sich die Atemwege als Reaktion auf verschiedene Reize wie körperliche Anstrengung, Virusinfektionen, Gerüche und kalte oder trockene Luft zusammenziehen bzw. verengen.



Der weit verbreitete Einsatz von Asthmamedikamenten, insbesondere inhalativen Beta₂-Agonisten, unter Topsportlern hat die Medizinische Kommission des Olympischen Komitees (IOC-MC) und die Welt-Antidoping-Agentur (WADA) dazu gebracht, deren Anwendung durch Sportler, bei denen Asthma diagnostiziert wurde und die Anzeichen von BHR zeigen, zu beschränken.

Manche Leistungssportler leiden seit ihrer Kindheit daran, andere entwickeln Asthma und BHR erst nach Beginn ihrer sportlichen Karriere. Beide Krankheiten treten am häufigsten bei Ausdauersportarten wie Langlauf, Biathlon oder Schwimmen und besonders bei älteren Sportlern auf.

Ausdauersport erfordert viel Kondition, damit der Körper in der Lage ist, über eine längere Zeit hinweg in Bewegung zu bleiben. Wenn man sich bewegt, beschleunigt sich die Atmung, damit der Körper nicht aufgrund von Sauerstoffmangel schlappmacht. So laufen Sportler je nach Umgebung Gefahr, potentiell gesundheitsschädliche Stoffe aus der Luft einzuzatmen, was Asthmasymptome hervorrufen oder die Lunge direkt schädigen kann.



► **Beispiele potentiell schädlicher Stoffe, die bei verschiedenen Sportarten eingeatmet werden:**

Sport	Potentiell schädliche Stoffe
Ski-Langlauf Biathlon Nordische Kombination	Kalte, trockene Luft
Schwimmen	Chlororganische Verbindungen (Mono- und Trichloramin)
Eiskunstlauf Eisschnelllauf Eishockey	Stickoxide von Kältemaschinen Feinstpartikel von Poliermaschinen

► **Behandlung und Genehmigung der Medikation**

Sportler mit nachgewiesenem Asthma können die meisten Medikamente anwenden, mit Ausnahme jedoch von systemischen Steroiden, systemischen Beta₂-Agonisten und anderen adrenergen Medikamenten. Für diese gibt es genaue Regeln, die von den Sportlern bei der Anwendung eingehalten werden müssen. Wenn ein Sportler meldet, dass er inhalative Steroide oder bestimmte inhalative Beta₂-Agonisten (Salbutamol und Salmeterol) anwendet, ist eine Genehmigung nicht erforderlich.

Bei genehmigungspflichtigen Medikamenten muss der Sportler klinische Anzeichen von Asthma oder BHR zeigen, die durch einen bronchialen Provokationstest bestätigt werden müssen. Bei diesem Test wird ein Medikament eingeatmet, das die Atemwege verengt. Danach zeigt ein Lungenfunktionstest, wie stark diese sich verengt haben.

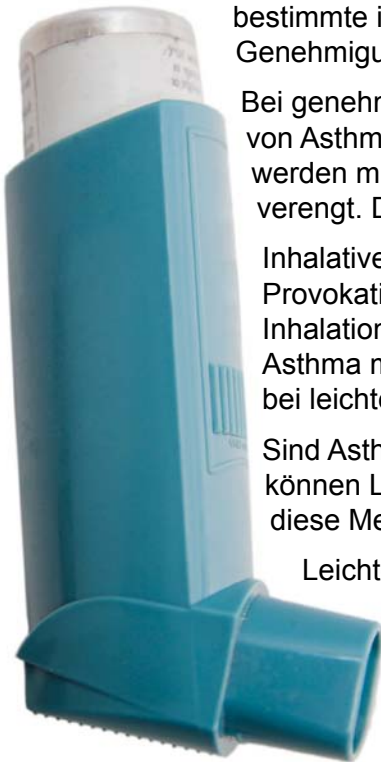
Inhalative Beta₂-Agonisten werden nur genehmigt, wenn ein bronchialer Provokationstest positive Ergebnisse zeigt, oder die Lungenfunktion nach der Inhalation eines Bronchodilators (Beta₂-Agonist) um mehr als 12 % steigt. Das Asthma muss mindestens mittelschwer sein, damit der Befund positiv ausfällt, denn bei leichtem Asthma liefern diese Tests oft ein negatives Ergebnis.

Sind Asthmasymptome vorhanden, liefern die Tests aber keinen positiven Befund, so können Leukotrienantagonisten oder Ipratropiumbromid eingesetzt werden, da es für diese Medikamente keine Beschränkungen gibt.

Leichtes Asthma kann mit Entzündungshemmern wie inhalativen Steroiden behandelt werden. Diese wirken den vom Sport verursachten Schäden entgegen und verringern die Gefahr von langfristigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen.

Wenn Sportler mit Asthma bestmöglich behandelt werden, sind ihre Chancen größer, sich unter gleichen Voraussetzungen mit Sportlern ohne Asthma zu messen. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass inhalative Beta₂-Agonisten und Steroide weder die Leistung von Sportlern ohne Asthma steigern noch anderen Nutzen für sie haben. Allerdings müssen Sportler, die an internationalen Wettkämpfen teilnehmen, Angaben zu ihrer gegenwärtigen Asthmabehandlung machen.

Wenn Sie als Leistungssportler bei olympischen oder Profi-Wettkämpfen antreten, müssen Sie sicherstellen, dass Ihre derzeitige Behandlung von den Behörden genehmigt ist. Zeigen sich Asthmasymptome bei Ihnen und Sie vermuten, dass eine Behandlung notwendig ist, gehen Sie zu Ihrem Arzt und stellen Sie sicher, dass Sie nach den geltenden Richtlinien behandelt werden.



EUROPEAN LUNG FOUNDATION

Die ELF (Europäische Lungenstiftung) ist das öffentliche Sprachrohr der ERS (Europäische Gesellschaft für Atemwegserkrankungen), einer gemeinnützigen medizinischen Organisation mit mehr als 10.000 Mitgliedern in über 100 Staaten. Die ELF beschäftigt sich mit Fragen der Lungengesundheit in Europa und vereint die führenden europäischen Mediziner, um Patienteninformationen zu erstellen und das Bewusstsein der Bevölkerung in Bezug auf Atemwegserkrankungen zu steigern.