



Fragebogen zur Sporttauglichkeit

Bitte beantworten Sie folgende Fragen mit „Ja“ oder „Nein“, um Ihr Risikoprofil **vor** Aufnahme sportlicher Aktivitäten zu beurteilen.

Name: _____ Geburtsdatum: _____

1	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten eines der folgenden Symptome?		
A	Schmerz oder Druck im Brustkorb bei körperlicher Aktivität, eine bekannte Herzerkrankung oder eine medizinische Behandlung nach Herzinfarkt oder Schlaganfall ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
B	Einen Bluthochdruck als Diagnose bzw. in Behandlung oder einen Blutdruck in Ruhe von 160/90 mmHg oder höher ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
C	Kopfschmerzen oder Schwindel bei körperlicher Aktivität ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
D	Das Gefühl einer Atemnot oder Kurzatmigkeit bei Belastung oder in Ruhe ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
E	Einen Bewusstseinsverlust oder das Gefühl einer Ohnmacht ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
F	Eine Gehirnerschütterung oder Schädel-Hirn-Trauma ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
2	Haben Sie aktuell Schmerzen oder Schwellungen im Bereich des Bewegungsapparates, die Ihre Sporttauglichkeit einschränken (Rückenschmerzen, Arthritis / Arthrose, Verletzungen) ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
3	Wurde Ihnen von einem Arzt oder Physiotherapeut empfohlen, bestimmte Belastungen nicht oder nur modifiziert auszuführen ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>
4	Haben Sie andere medizinische Einschränkungen Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit (wie z.B. Diabetes mellitus, Tumorleiden, Rheuma, Asthma, ...) ?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>

Angelehnt an: PHYSICAL ACTIVITY TRAINING FOR HEALTH (CSEP-PATH®), ehemals PAR-Q CANADIAN SOCIETY FOR EXERCISE PHYSIOLOGY

Falls Sie eine (oder mehrere) der Fragen mit **JA** beantwortet haben, müssen Sie **VOR** Aufnahme der sportlichen Aktivität Ihren **Arzt** konsultieren und bei Bedarf weitere Untersuchungen sowie eine Sporttauglichkeitsuntersuchung ablegen!

Ab dem **60. Lebensjahr** ist generell **VOR** Aufnahme sportlicher Aktivitäten ein **ärztlicher Gesundheitscheck** empfohlen!

Ich habe alle obigen Fragen gelesen, verstanden und beantwortet und bestätige mit meiner Unterschrift auf dem Turnierspielberichtsbogen, dass ich den Sinn dieser Befragung verstanden habe.



...wir bringen Sie in Bewegung

ORTHOPÄDISCHE KLINIK
HESSISCH LICHTENAU gGmbH

