

## Das Angebot am UKE Athleticum im Überblick

### Reha und Sportmedizin nach Verletzungen

- Privatärztliche orthopädische Notfallsprechstunde
- Fußsprechstunde / Kniesprechstunde
- Diagnostik und Therapie von sportorthopädischen und sporttraumatologischen Problemen
- Zweitmeinungen zu orthopädischen Problemen
- Individuelles Reha-Training nach Sportverletzungen
- Individuelles Bewegungstraining

### Sportmedizinische Betreuung und Begleitung

- Sportmedizinischer Check-up und Beratung
- (Laktat-) Leistungsdiagnostik auf dem Fahrrad oder Laufband (Spiroergometrie)
- Sportwissenschaftliche Muskelfunktions- und Kraftdiagnostik
- Gang- und Bewegungsanalyse
- Wirbelsäulenvermessung
- Trainingsplanung zur Leistungsverbesserung
- Sportphysiotherapie / Physiotherapie / manuelle Therapie
- Osteopathie
- Neuraltherapie, Faszientherapie
- Ernährungsberatung
- Präventive Medizin und Lebensstilmedizin (Vorbeugen von Erkrankungen durch Ernährung, Bewegung und Stressmanagement)
- Spezialsprechstunde für Pferdesportler

## Kontakt / Lageplan

Ambulanzzentrum des UKE GmbH

**UKE Athleticum**

**Universitäres Kompetenzzentrum für Sport- und Bewegungsmedizin**

Gebäude Ost (O) 48

Martinstraße 52, 20246 Hamburg

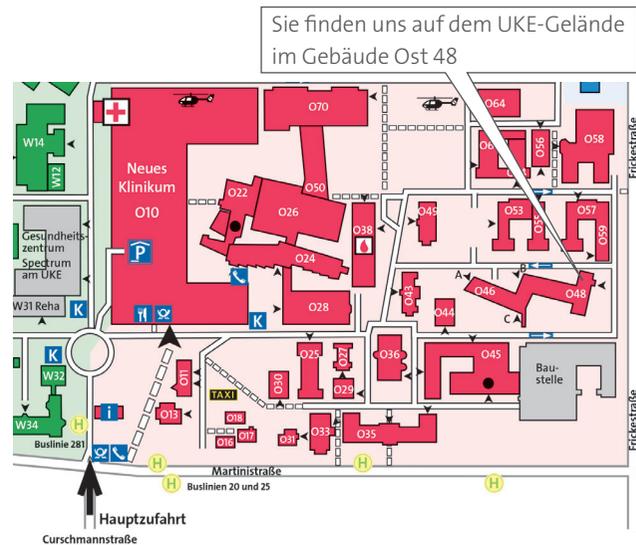
Telefon: (040) 7410 - 28540 | Telefax: (040) 7410 - 40074

athleticum@uke.de

www.uke.de/athleticum

### Sprechzeiten:

Privatsprechstunde: Mo. - Fr. nach tel. Vereinbarung



### So erreichen Sie uns:

**Bus:** Linien 20 und 25, Haltestelle Eppendorfer Park (UKE)

**S-Bahn:** bis Haltestelle Altona oder Holstenstraße, dann Buslinie 20 oder 25

**U-Bahn:** Haltestelle Eppendorfer Baum, dann zehn Minuten Fußweg oder Haltestelle Hudtwalckerstraße oder Kellinghusenstraße, dann Buslinie 20 oder 25



Gesundheit, Fitness, Wohlbefinden

**Sportmedizinische Betreuung**

## Sehr geehrte Patienten/-innen, liebe Sportler/-innen

mittlerweile belegt eine Vielzahl von wissenschaftlichen Studien, dass regelmäßige sportliche Aktivitäten nicht nur Gesundheit erhalten und Krankheiten verhindern können, sondern zudem bei schon bestehenden Erkrankungen sinnvoll und effektiv als begleitende Therapiemaßnahmen eingesetzt werden können. Trotz dieses Wissens bewegen sich gerade in den Industrienationen viele Menschen zu wenig.

Wir stehen Ihnen in unserem neuen Kompetenzzentrum für Sport- und Bewegungsmedizin am UKE nicht nur bei allen Fragen zu Sportverletzungen zur Verfügung, sondern möchten Ihnen auch den nötigen Anstoß zu einem bewegten Leben, einer guten körperlichen Fitness und einem gesteigerten Wohlbefinden geben. Mehr Lebensqualität durch Sport heißt unser Motto.

**Ob Anfänger, Wiedereinsteiger, Hobby-, Leistungs- oder Profisportler – wir freuen uns auf Ihren Besuch!**



Ärztliche Leitung UKE Athleticum: Dr. Caroline Werkmeister und Priv. Doz. Dr. Götz Welsch (Leitender Mannschaftsarzt HSV)

Foto: UKE, F. Tomilin

## Ganzheitliches Therapiekonzept

Gerade bei länger anhaltenden Beschwerden reicht es oft nicht aus, lediglich die schmerzende Körperstelle zu behandeln. Aus diesem Grund betrachten wir immer den gesamten Körper und beziehen Therapeuten aus verschiedenen Fachbereichen in die Behandlung von Sportverletzungen mit ein.

Zusammen mit den Osteopathen, Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten erstellt der Arzt nach der Diagnostik ein individuelles Therapiekonzept. Dieses interdisziplinäre Vorgehen hat sich als äußerst effektiv in der Behandlung von Sportverletzungen erwiesen.



Foto: B. Solcher

### Sportärztliche Untersuchung

Die meisten gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen die Kosten für eine Sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung. In welcher Höhe können Sie folgender Internetseite entnehmen: [www.dgsp.de/sportaerztliche-untersuchung.php](http://www.dgsp.de/sportaerztliche-untersuchung.php)

## Belastungsuntersuchung

Die Leistungsdiagnostik auf dem Laufband- oder Fahrradergometer ist ein wichtiges Instrument in der Sportmedizin. Auf Basis der beim Laktatstufentest bzw. Spiroergometrie erhobenen Befunde können wir Ihren aktuellen Gesundheitszustand und Ihre Leistungsfähigkeit beurteilen und Sie eingehend bezüglich einer Sportaufnahme beziehungsweise Trainingssteuerung beraten.

## Individuelles Training

Im Rahmen einer individuell auf Sie abgestimmten Bewegungstherapie können Sie bei uns Ihre Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination unter Anleitung unserer Sportwissenschaftler trainieren. Auf diese Weise werden Sie optimal auf Ihre Sportart vorbereitet oder nach Verletzungen wieder an Ihr gewohntes Trainingspensum herangeführt.

**Ihr Weg zu mehr Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden – mit dem Team des UKE Athleticums an Ihrer Seite.**

Unser interdisziplinäres Team im UKE Athleticum setzt sich zusammen aus Ärzten für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sport- und Allgemeinmedizin, Präventionsmedizin, Sportwissenschaftlern, Osteopathen, Physio- und Bewegungstherapeuten, Ernährungsmedizinern, Psychologen, Wissenschaftlern, medizinischen Fachangestellten sowie wissenschaftlichen Hilfskräften.