

Verhalten bei Erkrankungen in der Trainingsgruppe

Symptome einer Corona-Erkrankung:

Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit und Kurzatmigkeit

Bei Verdacht auf eine Covid 19 Erkrankung muss ein PCR - Test gemacht werden. Dazu wendet man sich an den Hausarzt oder die Fieberambulanz (am Festplatz). Ein Antikörpertest ist dafür nicht geeignet.

Bei Vorlage eines negativen Tests kann man nach Genesung wieder mit Sport beginnen. Insbesondere sollte man mit dem Training mindestens doppelt so viele Tage pausieren wie man Fieber hatte.

Bei einem positiven Test ohne Symptome sollte 2 Wochen auf intensive Belastungen verzichtet werden.

Bei einem positiven Test mit Symptomen muss die Sportpause in Abhängigkeit von der Stärke und Beschaffenheit der Symptome festgelegt werden (siehe auch Grafik auf der nächsten Seite).

Nach einer Covid 19 Erkrankung muss vor Wiederaufnahme des Sports eine ärztliche Abklärung erfolgen.

Bei einem positiven Testergebnis müssen die Trainer unmittelbar informiert werden, die die anderen Athleten der Trainingsgruppe informieren.

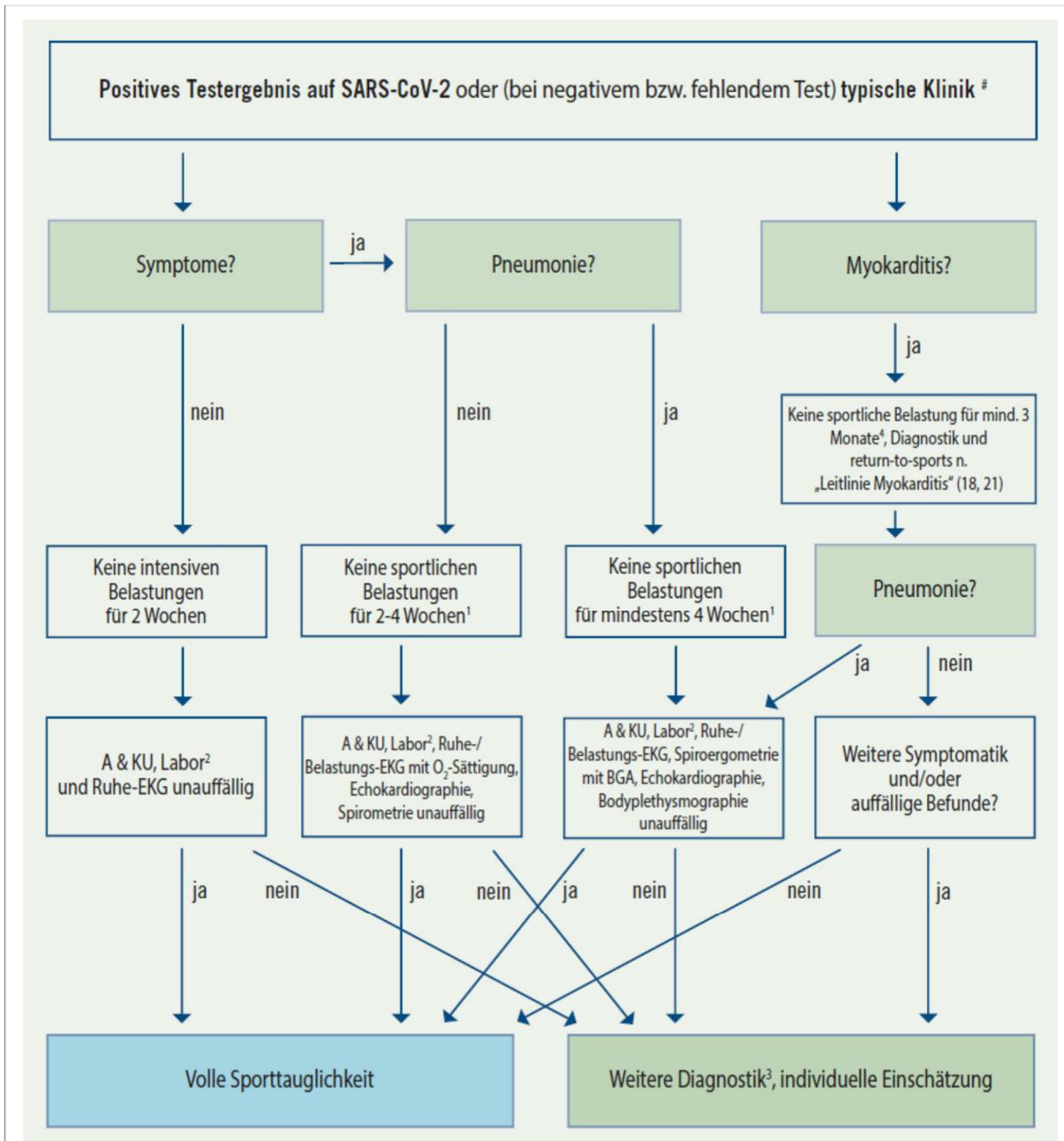


Abbildung 1

Entscheidungs-Algorithmus zum Return-to-Sport bei Infektion mit SARS-CoV-2. #sofern möglich, Nachweis von SARS-CoV-2-Infektion anstreben; ¹=Anpassung der Sportkarenz auf der Basis einer sorgfältigen Symptomanamnese, zusätzlich auffälligen Befunden anderer Organsysteme, dem individuellem Verlauf und/oder der Invasivität der erfolgten Therapie; ²=Umfang der Laboruntersuchungen nach Fallkonstellation (s. auch Kasten 3); ³=ggf. unter Hinzuziehung weiterer Fachexpertise (z.B. Neurologie, Pulmologie); ⁴=folgende Kriterien sollten zum Wiedereinstieg nach Myokarditis erfüllt sein: Normalisierte systolische Funktion (Echokardiographie), Serummarker (für Myokardschädigung, Entzündung, Herzinsuffizienz) im Normbereich, keine klinische relevanten Rhythmusstörungen im Langzeit- und Belastungs-EKG (18, 21). A=Anamnese, KU=Körperliche Untersuchung, s. auch Kasten 2.