

SGSM NEWSLETTER 1/2013

Inhaltsverzeichnis

1. Editorial
 2. Resultate FA Sportmedizin SGSM - Examen 2013
 3. Info Logbook / Weiterbildung
 4. Info PAPRICA
 5. Das Adipositas Paradoxon
 6. Bewegung-Gesundheit
 7. Sportmed Tagung 23.5.2013
 8. Schweizer Sportmedizin Kongress 2013
 9. Briefkasten Redaktion
-

1. Editorial

Liebe SGSM Mitglieder

Sie haben gerade den ersten SGSM Newsletter erhalten, den wir von Seiten des SGSM Vorstandes lancieren möchten. Die schlanke, einfach verfügbare Information ist gerade in der heutigen Wissensflut für uns alle enorm wichtig geworden. Bis jetzt fehlte ein solches Gefäss in unserer SGSM. Der Newsletter SGSM will diese Lücke füllen mit kurzen, für uns alle wichtigen Beiträgen und Infos aus den Bereichen (Verbands-)Politik, Sportmedizin, Sport und Medizin. Aber auch ganz praktische Tipps für den Alltag als Arzt, wie z.Bsp. das Thema „Ist Dicksein jetzt plötzlich gesund?“, sollen hier aufgegriffen werden. Ihr persönlicher Beitrag ist sehr willkommen. Wir sind gespannt auf Ihre Beiträge und Vorschläge zur Weiterentwicklung dieses neuen, aktuellen Info Gefässes der SGSM.

Walter O. Frey und der Vorstand der SGSM

2. Resultate SGSM Examen 2013

Am 12.01.2013 traten 20 Kandidaten (5 Damen und 15 Herren) zur mündlichen und schriftlichen Prüfung im Haus des Sports in Ittigen an. Die mündliche Prüfung haben alle bestanden. Wir gratulieren!

In der schriftlichen Prüfung erzielten drei Kandidaten die Maximalnote 6 (!): Daniel Goricki, Cédric Maillat und Philippe Weber. Herzlichen Glückwunsch!

Leider waren drei Kandidaten ungenügend und müssen in einem kommenden Jahr diesen Teil der Prüfung wiederholen.

German E. Clénin

3. Info Logbook / Weiterbildung

Logbook SGSM in der Anwendungsphase

Wie an der GV berichtet, konnte das Pilotprojekt Logbook nach einem gut fünfmonatigen Einsatz im Winter/Frühjahr 2012 erfolgreich abgeschlossen werden. Wir stehen nun in der weiteren Anwendungsphase. Die aktuell startende Kurssequenz 2013 erhält das Logbook elektronisch und in Orderversion. So haben wir die Möglichkeit das Weiterbildungsinstrument noch zu verfeinern, bevor es per Ende 2014 definitiv eingeführt werden wird. Aus diesem Grund ist es dem Vorstand ein Anliegen, dass nun für alle SGSM Mitglieder die Möglichkeit besteht, einerseits das Tool mit einem eigenen Weiterbildungskandidaten zu testen und andererseits auch generell Feedback zu geben. Nachfolgend nochmals die Erläuterungen zum Logbook, welches unsere angehenden Sportmediziner/innen durch die entweder 6-monatige sportmedizinische Tätigkeit in einer Praxis oder 3-jährige praktische Tätigkeit in einem Sportverband begleiten soll. Das Logbook besteht aus drei Teilen:

• Periodische Aufzeichnungen (PA):

Diese sind regelmässig durch den Kandidaten auszufüllen. Die PA sind ein Massstab dafür, was erwartet wird. Für die Untersuchungen empfiehlt es sich, alle 2-3 Wochen die Strichliste nachzutragen.

• Mini-C-EX SGSM (Mini Clinical Examination):

Dies ist einer der wertvollsten Teile des Logbooks. 15 min Durchführung, - 15 min Feedback durch den Tutor. (Ausnahme: für „Sportärztliche Untersuchung“ und „Ergospirometrie“ beträgt der Zeitbedarf 45min für die Durchführung und 30min für die Besprechung). Konstruktive Kritik ist sehr erwünscht aber es gibt keine Note, kein „Durchkommen“ oder „Durchfallen“. Ziel für den Kandidaten ist trotzdem oder umso mehr, die Technik bestmöglich zu beherrschen.

• FMH Zeugnis:

Dieses ist fast identisch aufgebaut wie die PA. Das Zeugnis ist am Ende der Weiterbildungsphase mit dem Tutor unter Zuhilfenahme der PA auszufüllen. Dabei werden im Gespräch mit dem Tutor die Anzahl durchgeführter Untersuchungen und Techniken quantitativ erfasst und die Fähigkeiten und Fertigkeiten qualitativ beurteilt.

Der Einfachheit halber sind die Inhalte elektronisch als pdf- Dateien direkt angehängt. So kann also unmittelbar gestartet werden. Damit wir eine Uebersicht haben, wo das Logbook aktiv eingesetzt wird, bitten wir um eine kurze Meldung per e-Mail an Dr. G.E. Clénin. Wer es vorzieht, etwas „Handfestes“ zu erhalten, kann an der gleichen Stelle das Logbook in Orderversion vorerst kostenlos bestellen. Letzteres ist aktuell aus logistischen Gründen nur bei geplantem aktivem Einsatz möglich (also unter Angabe des Namens des Kandidaten).

Feedbacks jegwelcher Art sind willkommen und erwünscht! Bitte richtet diese direkt an die beiden Weiterbildungsverantwortlichen: german.clenin@smzbi.ch und aleumann@uhbs.ch

[PDF Logbuch Pilot Periodische Aufzeichnung](#)

[PDF Logbuch Pilot FMH Zeugnis 23.01](#)

[PDF Logbuch Pilot Mini C](#)

Anerkennung als Weiterbildungsstätte SGSM - Etwas auch für deine/Ihre Praxis?

Der Vorstand der SGSM will die praktische Weiterbildung in der Sportmedizin weiter fördern. Zahlreiche Praxen unserer Mitglieder würden in geradezu idealer Weise die Voraussetzungen erfüllen, den Kandidaten eine interessante und attraktive Weiterbildungszeit in einer sportmedizinischen Praxis zu ermöglichen. Wir vergeben hierzu auch die notwendige Anerkennung. Leider haben bisher nur wenige Praxen diese auch beantragt. Mit diesem Aufruf möchten wir alle Mitglieder animieren, zu prüfen, ob sie in ihrer Praxis eine Weiterbildungsstelle anbieten möchten! Für zukünftige Kandidaten und die Förderung der Sportmedizin in der Schweiz ist es uns ein Anliegen, hier möglichst breit aufgestellt zu sein.

Gleichzeitig werden wir die Angaben dieser Weiterbildungspraxen sammeln, um bei Anfrage durch mögliche Interessenten diese Liste dann auch abgeben können.

Pro Memoria nochmals die Konditionen für die Anerkennung:

- mindestens 20% der Praxistätigkeit müssen sportmedizinischen/sporttraumatologischen Inhalt haben
- der Praxisinhaber muss mindestens eine fünfjährige Berufserfahrung in Sportmedizin vorweisen können und im Besitz des Fähigkeitsausweises Sportmedizin SGSM sein
- komplettes Ausfüllen des Antrages (2 A4 Seiten).

Alle Anträge sind ans SGSM Sekretariat zu richten (info@sgsm.ch). Bei Anerkennung erfolgt die Ausstellung des entsprechenden Diplomes „Anerkennung als Weiterbildungsstätte Sportmedizin SGSM“.

[Antrag auf Anerkennung als Weiterbildungsstätte SGSM](#)

German E. Clélin, André Leumann

4. Info PAPRICA

PAPRICA wird in sechs Kantonen angeboten

PAPRICA (Physical Activity Promotion in Primary Care), die Bewegungsförderung über die Arztpraxis von SGSM und Kollegium für Hausarztmedizin KHM, war ein Thema des Sportmedizin Kongresses 2012 in Interlaken. Inzwischen sind die entsprechenden Inhalte in die Weiterbildung zum Fähigkeitsausweis Sportmedizin SGSM integriert worden. Ärztliche Fortbildungen zu diesem Thema wurden bereits bisher von der Policlinique Médicale Universitaire PMU Lausanne und den Liges de la santé in den Kantonen Vaud und Neuchâtel angeboten. Neu werden entsprechende Fortbildungen gemeinsam mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich und dem balgrist move>med Swiss Olympic Medical Center auch für die Kantone Fribourg, St. Gallen und Zürich angeboten. Die entsprechenden Daten werden kontinuierlich auf der Website der SGSM aufgeschaltet. Am Sportmedizin Kongress der SGSM in St. Gallen vom 31. Oktober und 1. November ist zudem ein Workshop zum Erfahrungsaustausch vorgesehen.

Brian Martin

5. Das Adipositas Paradoxon

Dicke leben gesünder?!

Mit dieser Schlagzeile versuchte die Laienpresse in den letzten Monaten wissenschaftliche News zu verbreiten. Gar mancher Normalbürger war verunsichert - mancher Hausarzt war um eine Antwort verlegen. Besonders deshalb, da sich die ganze Behauptung, nota bene wissenschaftlich fundiert, sich auf zwei Artikel im JAMA berief. Was wirklich hinter diesem Schlagwort steckt, lesen Sie kurz zusammen gefasst im Artikel von Brian Martin.

Neue Publikation zum Risiko von Übergewicht

Anfang 2013 ist im renommierten Journal of the American Medical Association JAMA ein Artikel zum Zusammenhang zwischen BMI und Sterberisiko erschienen. Die Autoren waren nach einem systematischen Review und einer Meta-Analyse bestehender Studien mit dieser Fragestellung zum Schluss gekommen, dass Übergewichtige (BMI zwischen 25 und 30) gegenüber Normalgewichtigen sogar eine tiefere Sterblichkeit haben und dass erst ab Adipositas 2. Grades (BMI ab 35) ein erhöhtes Sterberisiko zu beobachten ist. Namhafte Spezialisten wie der Harvard-Forscher Walter Willet werfen der Studie jedoch methodische Mängel vor, die zu einer Unterschätzung des Risikos bei Übergewicht führten. Unabhängig von dieser kontroversen Diskussion bestätigt die Studie die Erfahrung aus der Praxis: grosse und unmittelbare Gesundheitsprobleme sind vor allem bei schwereren Formen von Adipositas zu erwarten. Übergewicht darf keinesfalls auf die leichte Schulter genommen werden. In der Regel nimmt das Körpergewicht kontinuierlich über längere Zeit zu; wenn der BMI einmal über 35 liegt, ist eine Reduktion oft nur noch sehr schwer zu erreichen. Deshalb ist es wichtig, den Patientinnen und Patienten Unterstützung zu einem Zeitpunkt anzubieten, wo das Übergewicht erst begonnen hat und wo mit überschaubaren Änderungen von Bewegung und Ernährung zumindest eine Stabilisierung möglich ist. Und „last but not least“: mehr Bewegung in angepasster Form bringt immer

etwas für Gesundheit und Wohlbefinden, auch wenn das Ziel nicht Gewichtsreduktion ist.

Links:

Review: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1555137>

Editorial: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1555106>

6. Bewegung-Gesundheit

Zu dem Thema „Bewegung-Gesundheit“ gibt es bereits unendlich viel Literatur, die meist jedoch quer in der Publikationsflut verzettelt ist. Mit der Themennummer „Physical Activity“ im Lancet drückt die Wissenschaftswelt ihre Anerkennung für dieses lange Zeit sehr stiefmütterlich behandelte Gebiet aus und parallel halten wir schön komprimiert das Neueste zusammengefasst in der Hand. Wir gratulieren Brian Martin zu seiner Co-Autorenschaft in einem dieser sehr lesenswerten Artikel.

Link:

<http://www.thelancet.com/series/physical-activity>

7. Sportmed Tagung 2013

[Hier](#) zur Erinnerung noch einmal Programm und Anmeldeformular zur Sportmedtagung vom 23.5.2013 in Ittigen b. Bern. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und Teilnahme!

Jean-Claude Küttel

8. Schweizer Sportmedizin Kongress 2013 St. Gallen

Das Vorprogramm zum Kongress 2013, welcher am 31.10. und 1.11.2013 im Hotel Einstein St. Gallen stattfinden wird, ist zur Zeit im Druck. Abstracts für diesen Kongress können unter untenstehendem Link bereits eingereicht werden (Einsendeschluss: 15.06.2013). Wir freuen uns auf zahlreiche und interessante Arbeiten!

Link:

<http://bbscongress.ch/Kongresse/2013/SMK2013/smk13.htm>

Handan Frauenfelder

9. Briefkasten Redaktion

Für einen kurzen Kommentar, Anregungen oder Fragen zu diesem ersten SGSM Newsletter ist Ihnen die Redaktion sehr dankbar.

Kommentare und Anregungen an: waltero.frey@balgrist.ch