



Sundhedstilbud til eliteatleter med karrierestop

Deltagerinformation

Dette projekt omfatter både undersøgelse af hjertet, muskler, sener og bindevæv. Alle undersøgelser koordineres for at mindske deltagernes tidsforbrug. Nedenfor er kort beskrevet 1) Hjerterundersøgelserne og 2) Muskel, sene og bindevævsundersøgelser.

Hjerterundersøgelser

Ved mangeårig intens træning med høj belastning, opstår nogle karakteristiske forandringer i hjertet, der under et benævnes sportshjertet. Det omfatter forandringer i hjertes størrelse og funktion samt den elektrisk aktivitet – alt sammen ændringer, der øger hjertets evne til at pumpe blod rundt i kroppen og øger den maksimale arbejdssevne.

Men det er også velkendt, at mange års hård træning øger risikoen for nogle hjerterytmeforstyrrelser, f.eks. er risikoen for at udvikle det ufarlige, men generende forkammer flimder senere i livet øget med op til 5 gange, sammenlignet med helt almindelige utrænede mennesker. De underliggende årsager til denne øgede risiko er forsat ukendt.

For at komme en forklaring på den øgede risiko nærmere og dermed på sigt bedre muligheden for at forebygge rytmeforstyrrelser, vil vi gerne undersøge sportshjertet, mens det vender tilbage mod en mere normal tilstand, i en hverdag med mindre høj-intens træning. Det vil vi gøre med en grundig helbredsundersøgelse, som gentages flere gange det første år efter afslutningen af elitesportskarrieren, hvor vi forventer at se ændringer relativt hurtigt. Herefter gentages undersøgelsen årligt de næste 5 år, for at følge ændringerne i hjertet over tid.

Formålet med dette projekt er at forbedre vores forståelse af de langsigtede konsekvenser af hård fysisk træning for sundheden hos elitesportsudøvere. Så vi bedre kan vejlede og behandle aktive elite atleter, samt i tiden efter endt karriere.

Helbredsundersøgelsen af hjertet omfatter:

Konditions test (med måling af VO₂max)

Ultralydsscanning af hjertet i hvile og under aktivitet

MR-scanning af hjertet

24 timers overvågning af hjerterytmen

Foruden dette vil du få en grundig helbredsundersøgelse med blodprøver og hjertekardiogram (blodprocent, kolesterol, blodsukker osv.) udvikling i vægt, blodtryk samt en undersøgelse for udvikling af forkalkninger i hjertets blodårer.



Bispebjerg og Frederiksberg
Hospital

TEAM DANMARK

Undersøgelse af muskler, sener og bindevæv

Eliteidræt medfører ændringer i muskler, sener og andet bindevæv som gør det stærkere og større. Dette sker ofte som følge af mange års regelmæssig træning, og vi vil nu gerne følge de ændringer i muskelmasse (og dermed kropssammensætning) og i senevæv som en forventet betydelig nedgang i træningsmængde ved et karrierestop medfører. Vi vil ikke kun se på sene- og muskelstørrelse men også bestemme blodgennemstrømningen i senevævet som ofte ses forøget hos eliteatleter efter års træning med hård belastning. Disse forandringer kan være, men behøver ikke at være, forbundet med skades symptomer. Vi ønsker samlet set at undersøge hvorvidt sener og bindevæv forandres med aftagende træningsmængde. Vi vil derfor lave en grundig undersøgelse af bevægelighed, funktion og sene-tykkelse og blodgennemstrømning i Achilles-sener, knæets patella-sener og skulderens supraspinatus-sener.

Helbredsundersøgelsen af muskler, sener og bindevæv omfatter:

DXA scanning med henblik på bestemmelse af kropssammensætning.

Undersøgelse af ledbevægelighed, senefunktion, sene-tykkelse og blodgennemstrømning (ultralyd) af relevante sener.

Hvis du ønsker yderligere information er du velkommen til at kontakte Kenneth H. Mertz på tlf. 22 93 73 97 eller mail kenneth.hudlebusch.mertz@regionh.dk