

# Achtung! Anaerobe Schwellen!



Dr. med. Dieter Schmid,  
Redaktionsleitung

Sport und Medizin: Die beiden sind wie Geschwister. Beide können heilen und Menschen zu Höchstleistungen animieren. Beide tun manchmal auch weh – im Großen und Ganzen machen sie aber (meistens) viel Spaß. Sportmediziner vereinen beide Disziplinen in sich – und das ist vielleicht auch der Grund, warum sie besonders viel Freude an ihrem Beruf haben. In diesem Heft stellen wir ihnen einige dieser „Wächter gesunder Leistung“ vor (S. 22). Hört man diesen Ärzten zu, versteht man recht schnell, warum sie mit so viel Engagement bei der Sache sind: „Mit Sport können die Leute etwas therapeutisch sinnvolles machen und haben noch Spaß dabei. Das erreichen Sie mit keinem Medikament“, erklärt Prof. Klaus Völker, Sportmediziner und Vize-Präsident der DGSP\*. Eines zeigt unser Artikel allerdings auch sehr deutlich: Sport kann zwar heilen – aber er ist keine heile Welt. So gehört der Kampf gegen Doping ebenso zu den Aufgaben von Sportärzten wie der Umstand, dass manche schwache Vertreter dieser Spezies selbst zu Komplizen von Dopingsündern werden.

Leider ist die Medizin dem Sport eben auch in diesem Punkt sehr nahe. Laut einer Studie der DAK schlucken 800.000 Deutsche Pillen, die sie am Arbeitsplatz leistungsfähiger machen – unter ihnen auch viele Mediziner. Aktuell warnt die Deutsche Gesellschaft für Chirurgie (DGCH) deshalb explizit ihre Mitglieder davor, sich für OP-Saal und Nachtdienste mit „smart pills“ wie Modafinil aufzuputschen. Diese Medikamente könnten Urteilsvermögen und Entschlusskraft schmälern. Zudem warnt der DGCH vor einer Entwicklung, in der der Konsum von „Neuroenhancern“ so normal werden könnte, dass Nachwuchsmediziner um ein ungebremstes Hirn-Doping kaum mehr herum kämen – sofern sie in ihrer Karriere nicht rechts und links von „enhanceten“ Kollegen überholt werden möchten.

Herrschen in der Medizin tatsächlich bald Verhältnisse, wie im Leistungssport? Kann irgendwann nur noch der mithalten, der das Äußerste aus sich herausquetscht und sein Leben völlig dem Leistungsprinzip in seiner „Disziplin“ unterordnet? Nicht unbedingt – denn Sie als junge Mediziner haben da ein wichtiges Wort mitzureden. Es ist an Ihnen, ob sie alle Trends mitmachen – oder auch mal gegen den Strom schwimmen und aus der alltäglichen „Mühle“ ausbrechen. Ärzte wie der Chirurg Dr. Weigand aus Frankfurt machen vor, wie das geht. Er ist für 15 Monate an den Südpol gegangen, um dort die Mannschaft der Forschungsstation Neumayer III zu betreuen. Wie es ihm bei seinem „Ausstieg ins Eis“ ergangen ist, lesen Sie auf S. 12.

Also: Achten Sie (sportmedizinisch formuliert) immer darauf, dass Sie unter Ihrer anaeroben Schwelle bleiben – erst im Studium und später in der Klinik!

Ich wünsche Ihnen eine frohe Lektüre!  
Ihr

*Dieter Schmid*



„Na, auch Radfahrer?“ –  
„Nee, Assistenzarzt ...“

\* DGSP: Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention

## ONLINE-UMFRAGE

### Smartphones in der Medizin: Nützliche Helferlein oder Prestige-Knochen?

Im letzten Quartal 2009 gingen weltweit 41 Millionen „Smartphones“ über den Ladentisch. Ärzte und Studenten, die auf so einem Hochleistungs-Handy mit Taschen-PC-Funktion herumtippen, gelten als „hip“. iPhone, BlackBerry & Co verleihen ihren Besitzern aber nicht nur ein innovatives Image. Sie sind auch praktisch: Man kann auf dem Heimweg in der U-Bahn Geschenke bestellen, News lesen und Bankgeschäfte erledigen. Mittlerweile gibt es auch

viele Applikationen für Mediziner (S. 52). Was denken Sie: Sind solche medizinischen „Apps“ zukunftsweisende Technologie – oder nur Spielerei?

► **Glauben Sie, dass Smartphones (Blackberries, iPhones, ...) oder Pocket-PCs im Studien- und Klinikalltag nützlich sind? Wenn ja, in welchem Zusammenhang können Sie sich vorstellen, diese Geräte zu verwenden?**

Teilen Sie uns Ihre Ansichten mit unter: [www.thieme.de/viamedici/aktuelles/aktion/miniumfrage1-10.html](http://www.thieme.de/viamedici/aktuelles/aktion/miniumfrage1-10.html)

► **Ergebnis der Umfrage in Via medici 5.09:**

Wir fragten, wie viele Stunden pro Tag Sie in der heißen Phase vor Prüfungen lernen. Ergebnis: Die Unterschiede sind gewaltig! Die meisten (38%) gaben an, dass Sie 6 bis 8 Stunden am Schreibtisch sitzen. 10% lernen weniger als 6 Stunden. Ein Teilnehmer kommentiert überzeugt: „Mehr als acht Stunden pro Tag geht bei einem Menschen nicht!“ Tatsächlich? 9% gaben an, dass sie vor Prüfungen sogar über 12 (!) Stunden „ochsen“. Wie effektiv das dann ist, sei dahingestellt ... Alle Ergebnisse unter: [.../aktuelles/aktion/miniumfrage5-09.html](http://.../aktuelles/aktion/miniumfrage5-09.html)