„Bevor Krankheiten schlimmer werden“

Osnabrücker Hausarzt: Darum ist eine sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung sinnvoll

Von Catharina Peters | 29.02.2024, 08:00 Uhr



Ab aufs Rad: Ein Belastungs-EKG ist wichtig, um Herzerkrankungen frühzeitig zu erkennen, sagt Hausarzt Stefan Schilling. FOTO: JÖRN MARTENS

Vorsorgeuntersuchungen sind bei vielen Patienten nicht sehr beliebt. Zudem sind sie nicht immer kostenfrei, was davor abschreckt, zum Arzt zu gehen. Präventiver zu denken und den sogenannten sportmedizinischen Check-Up wahrzunehmen – dafür möchte sich der Osnabrücker Arzt Stefan Schilling einsetzen.

„Ich bin seit 25 Jahren als Hausarzt tätig und stelle immer wieder fest, wie sinnvoll präventive Untersuchungen und Gespräche mit Patienten sind“, sagt Stefan Schilling, Allgemeinmediziner in der Osnabrücker Innenstadt. Schilling hat eine Zusatzqualifikation – er ist Facharzt für Sportmedizin. Das befähigt ihn unter anderem dazu, sportmedizinische Untersuchung durchzuführen. Diese als Patient freiwillig wahrzunehmen, sei dringend notwendig, denn aus Sicht des Arztes gebe es für Erwachsene zu wenig reguläre Check-Ups, die von den Krankenkassen übernommen werden: „Leider haben die gesetzlichen Krankenkassen 2019 die Vorsorgeuntersuchung auf einen Zeitraum von zwei auf drei Jahre verlängert“, sagt Schilling.



Stefan Schilling arbeitet als Sportmediziner in Osnabrück. FOTO: JÖRN MARTENS

Herz, Blut und Lunge müssten häufiger geprüft werden

Der Inhalt der aktuellen und für jeden zugänglichen Vorsorgemaßnahmen besteht laut Schilling aus zwei Blutwerten, die bestimmt werden, einer Urinuntersuchung, dem Abhorchen von Herz und Lunge sowie der Impfpassdurchsicht. Das sei zu wenig. Schilling rät dazu, engmaschiger und umfangreicher zu untersuchen: „Ich finde es sehr gut, dass es überhaupt Prävention gibt, wie die Darmkrebsvorsorge oder das Hautkrebsscreening“, sagt der Arzt. Dennoch sei das Angebot der gesetzlichen Krankenkassen noch zu gering, um Krankheiten ausreichend vorzubeugen oder diese frühzeitig zu erkennen und in Angriff zu nehmen. Er rät:

> *„Patienten haben aber die Möglichkeit, eine sportmedizinische Untersuchung zu machen.“*
> Stefan Schilling

Viele Menschen, darunter auch jüngere, wüssten nicht, dass es diese Option für sie gibt: „Einige größere Krankenkassen, darunter die AOK, TKK, DAK und einige BKKs, haben mit der Sportmedizinischen Gesellschaft einen Sondervertrag geschlossen, der es den Versicherten ermöglicht, bei speziell qualifizierten Ärzten einen großen Sportcheck zu bekommen“, sagt er.

Das gehört alles zur sportmedizinischen Untersuchung dazu

Zu diesem Check-Up gehöre eine große Blutuntersuchung, ein Ruhe-EKG, eine Lungenfunktionsprüfung, eine Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane sowie ein Belastungs-EKG als Präventionsleistung. Und das nicht alle drei, sondern alle zwei Jahre. „Eine sehr weitreichende Vorsorgeleistung, die vielleicht bekannter gemacht werden könnte“, so der Mediziner und fügt hinzu:

> *„Da es ein ganz wichtiges Ziel ist, Erkrankung zu vermeiden oder sehr frühzeitig zu erkennen, liegt mir das sehr am Herzen.“*
> Stefan Schilling

Die Untersuchung kostet zwischen 135 und 150 Euro, je nachdem, in welcher Krankenkasse der Patient Mitglied ist: „Wir stellen als Praxis dann eine Rechnung, die bei den Kassen eingereicht werden kann, meistens gibt es 80 bis 100 Prozent der Kosten zurück“, so Schilling.

Krebs oder Stoffwechselstörung bei Check-Up erkennbar

Dass eine Sportmedizinische Untersuchung nicht nur etwas für Leistungs- oder Freizeitsportler sei, betont Schilling: „Das ist für jeden Patienten sinnvoll, auch für Menschen, die wieder mit dem Sport anfangen möchten“, sagt er. Die Mühe lohne sich, denn es sei schon öfter vorgekommen, dass der Arzt bei seinen Patienten einen Nierentumor im frühen Stadium, eine Erkrankung des Herzens oder eine Stoffwechselstörung bei dieser Art des Check-Ups frühzeitig erkennen konnte. „Der Vorteil ist, dass die Behandlung so schon beginnen kann, bevor die Krankheit Symptome zeigt oder schlimmer wird“, sagt Schilling und hofft, dass sich mehr Menschen dazu motivieren, zum Arzt zu gehen.

MEHR INFORMATIONEN: Hier gibt es eine sportmedizinische Untersuchung in der Region Osnabrück

Bei der sportmedizinischen Vorsorgeuntersuchung untersucht der Arzt unter anderem das Herz-Kreislaufsystem und den Bewegungsapparat. Dieser Check-Up darf nur von einem Sportmediziner durchgeführt werden und ist grundsätzlich kostenpflichtig. Welche Ärzte dazu zählen, hat die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention Deutscher Sportbund (DGSP) auf ihrer Internetseite veröffentlicht. Aus der Region Osnabrück sind die Ärzte Stefan Schilling, Hakenstraße 1, Osnabrück, Kinderarzt Dr. med. Olaf Willmann, Nikolaiort 3-4, Osnabrück und Dr. med. Ehab Rajab, Ulmenallee 11, Bad Rothenfelde, gelistet.

Nachteil: Nur Sportmediziner dürfen Check-Up machen

Ein Aspekt, der das Prozedere etwas verkompliziere, sei, dass nicht jeder seiner Kollegen diesen Test durchführen darf: „In und um Osnabrück gibt es nur drei Sportmediziner, mit mir gezählt, die diese Untersuchung anbieten dürfen. Daher habe ich auch Patienten aus Ibbenbüren oder Damme, die extra nach Osnabrück kommen“, sagt Schilling. Er führt rund 50 dieser Untersuchungen pro Monat durch und stoße dabei terminlich doch an seine Grenze: „Wir überlegen aber, unsere Praxis so umzustrukturieren, dass wir noch mehr Menschen diese Leistung anbieten können“, sagt Stefan Schilling.

So läuft die Untersuchung ab

Die Untersuchung nehme nicht viel Zeit in Anspruch. „Es gibt zwei Termine. An einem Termin wird vormittags nüchtern Blut abgenommen und der Ultraschall der Bauchorgane durchgeführt. Der andere Termin ist nachmittags, da wird das Belastungs-EKG gemacht und alle Ergebnisse mit dem Patienten besprochen“, sagt Stefan Schilling. Mehr als zwei Stunden insgesamt dauere es also nicht, sich um seine Gesundheit präventiv zu kümmern.