

Wann ist ein Laktat-Test generell sinnvoll?

- bei Aufnahme bzw. Wiedereinstieg in den Sport / in das Training
- am Ende oder zu Beginn von Trainingsperioden
- vor einer Wettkampfphase
- bei unerklärlichen Leistungseinbrüchen

Was kommt nach dem Laktat- Test?

Nach jeder Untersuchung erfolgt eine entsprechende Beratung des Sportlers sowie die Ausfertigung eines schriftlichen Befundes der Leistungsdiagnostik mit Angabe der entsprechenden Trainingsempfehlung

Kosten

Grundsätzlich erfolgt die Abrechnung nach der amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Auf Grund eines Sondervertrages des deutschen Sportärzteverbandes, erhalten Mitglieder folgender Krankenkassen Sonderkonditionen (Stand 1.7.18):

- TKK und SBK sowie BKK RWE
- BKK vor Ort und BKK mobil oil

Frage der Kostenerstattung

Grundsätzlich sind diese Angebote keine Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen und werden nur von einzelnen gesetzlichen Krankenkassen, nachdem Sie Ihre Rechnung dort eingereicht haben, teilweise oder ganz erstattet.

Leider kommt es inzwischen auch bei privaten Krankenkassen manchmal dazu, dass nicht alle abgerechneten Kosten voll bezahlt werden.

Sollten Sie hier entsprechende Sicherheit wünschen, können Sie von uns gerne einen Kostenvoranschlag erhalten und sich damit vorab mit der Frage der Erstattung an Ihre Krankenkasse wenden.

Professionelle Trainingsberatung geleitet durch

*Dr. Werner Widmann
Internist Sport- und
Notfallmedizin
Fachkunde
Echokardiographie
DOSB empfohlener
Untersucher*

Pforzheimer Straße 61
75331 Salmbach

Telefon: 07235 - 98 00 50

e-Mail:
hausarztpraxis.widmann@t-online.de

Homepage
www.hausarztpraxis-widmann.de

Gesund trainieren !!

Gesunde Leistungsentwicklung !!!!!!!

- Gesundheitsverbesserung
- Leistungssteigerung
- Wettkampfvorbereitung
- Trainingssteuerung
- Trainingsberatung
- Verletzungsprophylaxe
- Verletzungsrehabilitation
- persönliches Training
- Besprechung individueller Trainingsziele

Warum sportmedizinische Diagnostik ?

Im Spitzensport ist die Leistungsdiagnostik heute unverzichtbar. Für eine effektive und gezielte Gestaltung des Trainings benötigt man entsprechende Daten, die für eine optimale Trainingsplanung notwendig sind. Dies wissen die erfahrenen Trainer von Leistungssportlern genauso zu schätzen wie Hobby- und Breitensportler und vertrauen auf unser Know-How. Neben den sportmedizinischen Eignungs- und Kontrolluntersuchungen, bieten wir Ihnen eine Beratung zu sportbegleitenden Fragestellungen sowie die Laktatdiagnostik an. Die Ergebnisse aller Untersuchungen werden im Rahmen von Beratungsgesprächen erläutert und münden in individuelle Trainingsempfehlungen. Unsere Angebote richten sich an alle Sportinteressierten: vom Gesundheitssportler zum Leistungssportler, vom Individualisten bis zu einer gesamten Mannschaft

Laktatdiagnostik

Vor und unter Belastung auf dem Rad, dem Laufband oder im Freien wird am Ohrläppchen Blut entnommen und der Laktatwert bestimmt.

Die Laktat-Diagnostik ist ein wichtiges Mittel, um den Leistungszustand festzustellen, das Trainingsergebnis zu kontrollieren und das Training zu optimieren. Zur Beurteilung der Ausdauerleistungsfähigkeit und Fitness eines Sportlers wird eine Laktat-Kurve erstellt. Der gesamte Verlauf, sowie definierte Punkte der Kurve werden zur Leistungsbeurteilung herangezogen und bilden die Basis für jede Trainingsplanung.

Für wen ist ein Laktat-Test sinnvoll?

- Freizeitsportler jeden Alters
 - die ihre Ausdauer verbessern möchten
 - die ihr Gewicht reduzieren möchten
 - die Überlastungsschäden beim Sport vermeiden möchten
- Leistungssportler (z.B. Marathonläufer, Fußballspieler,...) zur Trainingskontrolle und Trainingsplanung