

Sportsprechstunde

Das BG Unfallkrankenhaus Hamburg Boberg (BUKH) bietet eine sportmedizinische Sprechstunde für Leistungs- und Kadersportler aus Hamburg und Umgebung an. Hier besteht die Möglichkeit für Beratung, Untersuchung und Behandlung, sowohl von frischen als auch von chronischen Beschwerden.

Sportmedizinische Sprechstunde im BUKH
Mittwoch ab 14 Uhr

Termine unter: 040-7306 2350 oder
sportmedizin@buk-hamburg.de

Das Sportkompetenz-Team

Das interdisziplinäre Team besteht aus Unfallchirurgen und Orthopäden, Sportmedizinern, Internisten und Kardiologen, Sportwissenschaftlern, Physiotherapeuten, Masseuren und medizinischen Bademeistern, sowie Psychologen und Ökotrophologen. Eine umfassende sportartspezifische Analytik und Betreuung ist dadurch gewährleistet.



Kontakt

Berufsgenossenschaftliches Unfallkrankenhaus Hamburg
Sportkompetenz-Netzwerk
Bergedorfer Straße 10, 21033 Hamburg
Telefon: 040 7306-1646
Telefax: 040 7306-1390
E-mail: sportmedizin@buk-hamburg.de
Internet: www.sportkompetenz-netzwerk.de

www.sportkompetenz-netzwerk.de

www.sportkompetenz-netzwerk.de



Das Netzwerk

Optimale Betreuung von Anfang an

Das sportmedizinische Team blickt auf eine langjährige Erfahrung in der Betreuung von Spitzen- und Breitensportlern zurück.

Das BUKH verfügt über ein weitverzweigtes Netzwerk sowohl innerhalb Hamburgs als auch im gesamten norddeutschen Raum. So gehören zum Sportkompetenz-Netzwerk die externen BG Abteilungen im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und in der Asklepios Klinik St. Georg, sowie die BG Abteilungen in Lübeck, Kiel, Hannover und Göttingen. Dies ermöglicht eine optimale, standortbezogene Betreuung von Athleten.

Das Sportkompetenz-Netzwerk

des Berufsgenossenschaftlichen Unfallkrankenhauses Hamburg



Sportmedizin – menschlich
für Profi-, Amateur- und Breitensportler



Spitzenmedizin menschlich für Profi-, Amateur- und Breitensportler

Das **Sportkompetenz-Netzwerk** des Berufsgenossenschaftlichen Unfallkrankenhauses Hamburg ist im Bereich Akutmedizin, Rehabilitation, Leistungsdiagnostik und Gesundheitsanalyse als Partner des Sports aktiv.

Internationale Vereine, Mannschaften oder Individualsportler aus dem Profi- und Amateurbereich vertrauen auf die interdisziplinäre Betreuung des Hamburger Sportkompetenz-Netzwerkes.

Die auf den Spitzensport ausgerichtete Leistungsdiagnostik ermöglicht es auf die individuellen Bedürfnisse der Athleten einzugehen, diese umfassend zu versorgen und nachhaltig zu beraten.

Die Leistungen können sowohl im Berufsgenossenschaftlichen Unfallkrankenhaus als auch vor Ort an Ihrer Wettkampf- oder Trainingsstätte als Feldtests inklusive aller laborchemischen Untersuchungen in Anspruch genommen werden.

Der Fokus unserer Arbeit liegt auf dem Grundsatz:
Alles aus einer Hand.

Umfassend, sportartspezifisch und zielorientiert

Unsere Leistungen sind speziell auf die Bedürfnisse von Sportlern abgestimmt. Profis und Amateure werden trainings- und wettkampforientiert beraten, um mit höchst möglicher Effizienz eine Leistungssteigerung zu erzielen. Ein besonderer Fokus liegt auf der Beratung von Athleten mit Behinderungen.

- **Sportmedizinische Untersuchung**
Anamnese und körperliche Untersuchung, sowie apparative Untersuchungen mit Herz-Kreislauf-Diagnostik, Lungenfunktionstests, Verträglichkeits- und Allergietests sowie bildgebenden Verfahren, wie Echokardiografie.
- **Interdisziplinäre Leistungsevaluation**
Speziell auf Ihre Sportart ausgerichtete Tests zur Optimierung Ihres Trainingsplans. Dazu zählen: Das Laufband, die dynamische, isokinetische und isometrische Kraftdiagnostik sowie die Funktions- und Gleichgewichtsdiagnostik.
- **Trainingsberatung**
Erstellung eines individuellen und zielorientierten Trainingsprogramms zur Leistungsoptimierung unter Beachtung der individuellen zeitlichen und physischen Möglichkeiten. Speziell dafür erstellte Trainingsvideos helfen bei der Ausführung der Übungseinheiten.

- **Sportartspezifische Technik- und Bewegungsanalyse**
Computergestützte Gang-, Lauf- und Bewegungsanalyse inkl. Videodokumentation zur Technikoptimierung und Planung, Versorgung von adäquatem Sportequipment, inkl. Einlagenversorgung.
- **Sport-Psychologie**
Allgemeine psychologische Beratung, mentale Wettkampfvorbereitung, Beratung in Stresssituationen zur Bewältigung der Alltags- und Wettkampfbelastungen durch ein Mentales Trainingsmodell.
- **Braincheck**
Untersuchungen nach Kopfverletzungen: Kernspintomographie (MRT), neuropsychologische Testdiagnostik und psychologische Untersuchung zur Erfassung eventueller Beeinträchtigungen der Aufmerksamkeit sowie von Konzentrations- und Gedächtnisstörungen. Individuelle Empfehlungen zur sportlichen Belastbarkeit und Wiederaufnahme des Trainings.
- **Ernährung**
Beratung in allgemeinen Ernährungsfragen, Entwicklung wettkampfspezifischer Ernährungsprogramme zur Optimierung der Leistungsfähigkeit, auch für gesamte Mannschaften mit Diätplänen für Trainingslager oder individuelle Saisonziele.



Verkehrsverbindungen:

Über die Autobahn A1 (Hannover - Lübeck) Abfahrt Billstedt oder von NO Abfahrt Bergedorf, dann auf der B5 in Richtung Bergedorf.
Von Hamburg: B5 (Schnellstraße).

Parkplätze:

Die Besucherparkplätze des BUKH finden Sie links und rechts der Einfahrt (gebührenpflichtig).

Öffentlicher Nahverkehr:

Mit HVV-Bussen der Linien 31 und 232 (oder zeitweise 332) bis zum Berufsgenossenschaftlichen Unfallkrankenhaus Hamburg (Boberg) ab S-Bahnhof Bergedorf bzw. U-Bahnhof Mümmelmannsberg.

