

Info für den betreuenden Sportmediziner

Sinnvolle Einsatzkriterien für den Fragebogen "Female Athlete Triad"

Eine Athletin mit einer "Female Athlete Triad" (FAT; ein Symptomkomplex der durch Amenorrhoe, Essstörung und Osteoporose gekennzeichnet ist), wird möglicherweise ihr Leben lang unter den Folgen der zumeist nicht vollständig reversiblen Osteoporose leiden. Um dies zu vermeiden soll eine mögliche Gefährdung für eine FAT oder die Erkrankung an einer FAT möglichst früh erkannt werden. Die zugehörige Anamnese ist umfangreich, deshalb kann der spezielle "Female Athlete Triad Fragebogen" von Swiss Olympic eine Hilfe dazu sein. Im besten Fall füllt die Athletin den Fragebogen zusammen mit dem betreuenden Arzt aus. Dies setzt jedoch eine vorhandene Vertrauensbasis voraus. Um die Athletin, die den Fragebogen ausfüllen soll, vorgängig über FAT aufzuklären, kann ebenfalls auf der Swiss Olympic Homepage ein Informationsblatt heruntergeladen werden. Unten aufgeführt sind Situationen, in denen eine Abklärung bezüglich einer möglichen Gefährdung für eine FAT empfohlen wird, und der Einsatz des speziellen "Female Athlete Triad Fragebogens" sinnvoll ist:

1. Einsatz anhand von Angaben einer Athletin in vorgängig ausgefüllten Swiss Olympic Fragebögen

1.1. Erstes sportmedizinisches Interview/sportmed. Verlaufsinterview

- Auftreten einer Ermüdungsfraktur seit der letzten Konsultation oder falls nach Auftreten früherer Ermüdungsfrakturen keine weiteren Abklärungen (gynäkologische Abklärung, Analyse Essverhalten, Trainingsanalyse, etc.) durchgeführt wurden
- Gewichtsverlust von über 2 kg in den letzten zwei Jahren bei einem BMI von $< 20 \text{ kg/m}^2$
- Unkontrollierte Diäten
- Lauftraining von mehr als 50 km pro Woche
- Trainingsumfang von mehr als 12 Stunden pro Woche
- Unklarer Leistungsabfall

1.2. Sportmedizinisches Interview für Frauen

- Keine Menarche bis zum 16. Lebensjahr (auch wenn Athletin inzwischen menstruiert)
- Ausbleiben des Menstruationszyklus (aktuell oder während früherer Phasen) bei vorher menstruierenden Frauen seit mehr als 6 Monaten (ohne Vorliegen einer Schwangerschaft)
- Weniger als 9 Menstruationszyklen pro Jahr (Zyklusintervall von über 6 Wochen), aktuell oder während früherer Phasen

2. Einsatz anhand der Anamnese

- Verdacht auf Essstörung
- Verdacht auf Übertraining
- Unklare Leistungseinbusse

3. Einsatz anhand der Anthropometrie

- BMI $< 19 \text{ kg/m}^2$ bei Alter > 17 Jahre oder BMI $< 3.$ altersentsprechenden Percentile des BMI.
- Körperfettanteil $< 14 \%$