

# ÄrzteWoche

Die österreichische Zeitung für Medizin, Politik und Praxis Seit 1987

Nr. 37, Donnerstag, 14. September 2023, 37. Jahrgang

SpringerMedizin.at



## ASCO-News

Der scheidende ASCO-Präsident Prof. Eric P. Winer betonte in seiner Ansprache die Wichtigkeit von Empathie in der Arzt-Patienten-Beziehung. Das war auch das Motto des diesjährigen ASCO Annual Meetings. Lesen Sie weitere ASCO-Highlights ab **Seite 8**

## Editorial

## Homo Viator

Fußball, der im Gehen gespielt wird – das ist nichts Neues. Wer alt genug ist, um sich an Übertragungen der Weltmeisterschaften der Jahre 1978 (Córdoba) und 1982 (Gijón) zu erinnern, der weiß, dass dort die meiste Zeit mehr getrabt denn gelaufen wurde. Wer die Ballartisten von einst dennoch in Ehren hält, ist alt genug, um beim Walking Football mitzumachen, einer Sportart, die bewusst auf Sprints und harten Körpereinsatz verzichtet, um lädierte Kniegelenke nicht zu strapazieren. Walking Football – ein Beitrag zur Gesundheitsvorsorge der Babyboomer (siehe unsere Reportage und Podcast auf S. 4).

Der Mensch ist ein Homo Viator, das lässt sich nicht leugnen. Jahrtausendlang waren alle – mit Ausnahme einer kleinen berittenen Elite – zu Fuß unterwegs. Gleichzeitig träumen wir von höherem Tempo, sehen uns nach den geflügelten Schuhen des Apoll oder den Siebenmeilenstiefeln der Märchen.

Gustav Klimt hätte gern befohlen, dass die roten Blumen am Attersee schneller wachsen (er brauchte sie als Vordergrund für sein Jahrhundertwerk *Kuss*). Theodor Billroth hätte gewünscht, dass die Bauarbeiten an seinem Landsitz in St. Gilgen am Wolfgangsee schneller vonstatten gehen. Mehr dazu auf S. 27.

Das nach Billroth benannte Haus in Wien, dem Sitz der Gesellschaft der Ärzte, feiert dieser Tage ein rundes Jubiläum (s. S. 5).

Ambulante Versorgung liegt im Trend. Wolfgang Beiglböck erklärt auf S. 20 die Unterschiede im Vergleich zur stationären Versorgung von Suchtkranken. ■

Martin Křenek-Burger  
stv. Chefredakteur



Schreiben Sie uns: leserbriefe@springer.at



## Probier's mal mit Geh-mütlichkeit!

Schmerzende Gelenke? Rasselnde Lunge? Das alles hält zwei Dutzend Herrschaften – Damen aus der Boomer-Generation sind leider keine dabei – nicht davon ab, ihrer alten Leidenschaft für den Fußball zu frönen: Durch Walking Football erlebt die Sportart eine Neuinterpretation. Ohne belastende Stop-and-go-Bewegungen, ohne Flankenläufe und – fast – ohne Körperkontakt. Jetzt in Wien. **Lesen Sie weiter auf Seite 6**

© Günter Schagerl/ASKÖ



## Das Beste aus 20 Jahren TAO

Der Internationale TCM-Kongress feiert 20 Jahre, und wir feiern mit! Genießen Sie unsere aktuellen „grünen Seiten“ mit Schwerpunkt TCM! Vielleicht ist ja das eine oder andere für Ihre Praxis dabei. **Ab Seite 33**

## Auf Herz ...

.. und Nieren werden Patienten bei ihrem Hausarzt überprüft. Was aber tun, wenn eine chronische Schädigung der Niere vorliegt? Wir beschreiben den richtigen Weg. **Medizin S. 8**

## Mit Leib ...

... und Seele betreiben die meisten Sportler ihre Lieblingsbeschäftigung. Was aber, wenn der Leib mit der Seele nicht mehr mithält. Das ist hierzulande oft früh der Fall. **Politik S. 25**

## Auf Gedeih ...

... und Verderb sind neurologisch auffällige Patienten im Notfall vom behandelnden Team abhängig. Was passiert, wenn die Verantwortlichen nicht adäquat (be)handeln? **Praxis S. 28**



Prof. Dr. Eva Katharina Masel  
MedUni Wien © MedUni Wien / feelimage/Matern

## Nachhaken bei Nasenpolypen



Die andauernde Entzündung der Schleimhäute von Nase und Nasenneben-

höhlen ist eine der häufigsten chronischen Entzündungen überhaupt. Im zweiten Teil unserer Podcastreihe zur Chronischen Rhinosinusitis mit nasalen Polypen (CRSwNP) beantworten Prof. Dr. Peter Tomazic von der Med Uni Graz und Primar Dr. Peter Ostertag, KH Kufstein, Fragen zur Diagnose, zur Klassifikation und zu den therapeutischen Optionen. Mit nasalen Steroiden kann man als Allgemeinmediziner bei einem Gros der Fälle eine Verbesserung herbeiführen und dabei nichts falsch machen. Die weitere Diagnostik ist dann wohl dem Facharzt für HNO vorbehalten. Mehr dazu gibt es im HörGang exklusiv. **Seite 21**



Wir als Fachpersonen sollen an unserer Sprache und am Ausdruck feilen.

Seite 4

**WEIL SCHUTZ VOR SCHLAGANFALL NOCH SO VIEL MEHR BEDEUTET!**

**Lixiana 60 mg**  
Filmtabletten  
edoxaban

28 Filmtabletten  
Zum Einnehmen

Entwickelt für Ihre älteren VHF-Patienten<sup>1</sup>

1) Kato ET et al.: Efficacy and Safety of Edoxaban in Elderly Patients With Atrial Fibrillation in the ENGAGE AF-TIMI 48 Trial; J Am Heart Assoc 2016;5(5): pii: e003432

Fachkurzinformation siehe Seite 30



# Thema



## Sie gehen alles für ihr Team

**Walking Football.** Zwölf Spieler bewegen sich in unterschiedlichem Tempo über den Rasen, die einen marschieren stramm von Box zu Box, die anderen trotten eher gemächlich. Doch sie alle kommen ganz schön ins Schwitzen beim Walking Football, der entspannten Variante des Fußballs. Ärzte empfehlen die Sportart. Wir haben einen Lehrgang in Wien besucht. Ein Lokalausweis mit Stoppelschuhen.

Von Martin Křenek-Burger

„À la Bonheur!“ Kursleiter Uwe Mauch lobt Andy Eidler, den weißhaarigen Zangler der Walking-Football-Gruppe 1 (= schnelles Gehen). Eidler gibt einen Libero der alten Schule und hat seinem Gegenspieler soben den Ball durch die Beine ge-

schoben, aus dem Stand. Die zwölf Kicker auf dem Kleinfeld des ASKÖ-Platzes sind durchwegs gestandene Kicker, die wegen Verletzungen, Abnützungerscheinungen oder Krankheit dem Leder nicht mehr hinterherjagen können. Dafür haben sie eine etwas gemütlichere Variante entdeckt: Walking Football.

Dieser hierzulande noch unbekannteren Sportart – Mauch schätzt, dass erst rund 150 Menschen mit Gehfußball in Berührung gekommen sind – eilt der Ruf voraus, gelenkschonend zu sein. Erklärung: Auf Reingräschen wird hier ebenso verzichtet wie auf die fußballtypischen kurzen Sprints mit abruptem Anhalten. Der Ball wird im Gehen angenommen und abgespielt. Selbst in größter Bedrängnis muss der Spieler immer einen Fuß auf dem Boden haben.

Kein Wunder also, dass der Kniepezialist Dr. Patrick Weninger den Walking Football „vor allem bei Patienten nach Gelenkverletzungen oder bei bekannter Abnützung des Knorpels“ empfiehlt. Walking Football sei aber auch „geeignet für Personen, die bereits eine Gelenkprothese haben“. Diesen werde zwar prinzipiell von Kontaktsportarten mit Tackling- oder Foulrisiko abgera-



SCAN ME

**Wiens Walking-Football-Pioniere** eint ihre Leidenschaft für Fußball. Sie können dem Ball nicht mehr so nachjagen wie einst, doch der entscheidende Punkt ist: Sie haben die Freude an Bewegung wiedergefunden.



ten. „Walking Football ist aber sinnvoll“, sagt der Experte.

Die erste Partie findet noch im gemäßigten Schrittempo statt. Im Mittelfeld zieht ein Jungpensionist mit Dauer-EKG die Fäden, während sich ein lädiertes Oberschenkel in Richtung Reservebankerl schleppt. Die erste Überraschung des Tages: Blessuren sind beim Walking Football eher die Regel denn die Ausnahme, sagt Mauch. Das Verletzungsrisiko sei nur dann gering, wenn Walking Football gemütlich betrieben werde.

### Zwei Leistungsgruppen ab Herbst

Der *Kurier*-Journalist, der mit Übersicht spielt und hin und wieder seine alte Dynamik aufblitzen lässt, hat Walking Football nach Wien geholt und hier in dem Sportdachverband ASKÖ einen Kooperationspartner gefunden (Anm.: Mehr dazu hören Sie im Podcast HörCANG). „In dem Moment, wo das Match intensiver wird, wenn es zur Sache geht, merke ich, dass mein Knie gefährdet ist.“ Daher wird es bei den im Oktober beginnenden Hallentrainings zwei Leistungsgruppen geben. Sportarzt Christian Gäbler dazu: „Das Schöne ist, dass jeder seinen Bewegungsablauf an die Situation adaptieren kann.“ Um Muskelverletzungen zu

vermeiden, wird vor den Matches lange aufgewärmt. „Hebts euch noch ein paar Körndln für nachher auf!“, appelliert Mauch an die Ehrgeizigen, die schon beim Dehnen alles geben. „Es gibt kaum ein Training, wo nicht einer mit einer Zerrung weggeht.“ Bei Mittsechzigern dauere das Ausheilen länger.

### Spiel ohne Torhüter

Dann beginnt ohne Seitenwechsel die zweite Halbzeit. Johann Stegmayer, der hängende Spitze spielt, geht auf einen Stanglpass. Der Stürmer marschiert ins „Loch“, durch die „mala ulica“ –, und hat plötzlich nur noch das leere Tor vor sich. Goalkeeper gibt es im Walking Football keinen. Schüsse über 1 m Höhe werden abgepfiffen. Stegmayer hält den Ball flach und beendet die Aktion mit einem Schlenzer ins rechte Eck, genauso wie es davor geübt wurde.

Co-Kursleiter Christian Vorlauffer ist ausgebildeter ÖFB-Trainer. Er achtet beim Training auf Präzision bei der Ballannahme und beim Abspielen. Kommt der Pass nicht genau zum Mitspieler, ist er praktisch weg. „Nicht zu scharf – wenn er vorbeifliegt, musst du weit gehen“, warnt er. Schütze geht. So ist das beim Walking Football. ■

### 3 Fragen, 3 Antworten

## „Dieser Sport kann auch mit Gelenkproblemen ausgeübt werden“

Im Mittelpunkt von Walking Football steht die Gesundheitsförderung. Dass darüber hinaus bei vielen auch sportlicher Ehrgeiz mit im Spiel ist, schmälert die Vorteile dieser Sportart für ältere Semester nicht, sagt Sportarzt Christian Gäbler.

**Ärzte Woche:** Die Teilnehmer bei den Walking Football-Kursen sind im Schnitt über 60 Jahre alt, beinahe die Hälfte hat Probleme mit den Kniege-

lenken, etliche spielen sogar mit künstlichen Knie- oder Hüftgelenken, einige leiden an chronischen Lungenerkrankungen. Ich frage auch aus persönlichem Interesse: Ist Walking Football zu empfehlen?

**Gäbler:** Ich befürworte Walking Football. Dieser Sport kann auch mit Gelenkproblemen ausgeübt werden. Er hat den Vorteil, dass Menschen, die Fußball und die damit verbundenen sozialen Komponenten lieben, gepaart mit dem Spass, den die Jagd nach dem Ball verspricht, diesen Sport ausüben können. Auf einem anderen Niveau als mit 18, aber nichtsdestotrotz.

**Ärzte Woche:** Walking Football wird vermutlich da oder dort belächelt,



**Prof. Dr. Christian Gäbler**  
Ärztlicher Direktor Sportambulatorium Wien – Zentrum für Orthopädie und Sporttraumatologie

© Philipp Kreidl / Prof. Gäbler

wenn man einmal mittrainiert hat, weiß man aber, dass die Burschen genauso ihren Körper reinstellen wie anno dazumal und, wenn es nötig ist, tief in die Trickkiste greifen. Einerseits. Andererseits gibt es Spieler, die hauptsächlich mitmachen, um sich überhaupt wieder zu bewegen. Kann man also etwa nach einem halben Jahr sagen, dass sich beim Walking Football unterschiedliche Leistungsniveaus herauskristallisiert haben?

**Gäbler:** Yes.

**Ärzte Woche:** Das bedeutet aber auch, dass die ambitionierteren Spieler sich vom Bewegungsablauf und vom Tempo her schon einem „normalen“ Fußballspiel annähern. Gilt die Empfehlung des Sportorthopäden für

Walking Football also eher für die gemütliche Variante?

**Gäbler:** Das Schöne an dieser Sportart ist, dass jeder seinen Bewegungsablauf an die Situation anpassen kann, die der Bewegungsapparat hergibt. Dabei sollte man sich natürlich an die Vorgaben des behandelnden Arztes halten. ■

**Walking Football** wurde im Frühling 2023 in einem ersten Lehrgang von der Tageszeitung *KURIER* und dem Sportdachverband ASKÖ als Wiener Modell in die Praxis umgesetzt. Nach Ende des ersten Lehrgangs berichteten ein Drittel von einer Verbesserung des spielerischen Könnens, die Belastung schätzten zwei Drittel als „mittel“ ein, fast ein weiteres Drittel als „stark“. Ansprechpartnerin für weitere Informationen ist Mag. Barbara Fastner, barbara.fastner@askoe.at (www.askoe.at)