

Beckenbodendysfunktionen – Ein Screening Tool für Athlet:innen: PFD-SENTINEL

Name der Athlet:in: _____

Allgemeine Informationen zum Screening Tool:

1

Welches Ziel hat das Screening Tool:

Das Screening Tool für Beckenbodendysfunktionen soll als Entscheidungshilfe genutzt werden, ob eine Überweisung an medizinisches Fachpersonal notwendig ist.

2

Wozu sollte das Screening Tool angewendet werden?

Beckenbodendysfunktionen stellen ein häufig auftretendes gesundheitliches Problem bei Athlet:innen dar. Dennoch werden diese selten erkannt, da ein spezifisches Tool zur Diagnostik fehlt. Daraus folgt als häufige Konsequenz der Rücktritt aus dem Sport, Leistungseinbußen, eine Symptomverschlechterung oder aber unerkannte auftretende Folgeerkrankungen. Die Implementierung dieses Screening Tools im klinischen Alltag kann der erste Schritt zu einem spezialisierten Management von Beckenbodendysfunktionen ermöglichen.

3

Wer sollte das Screening Tool anwenden?

Sportmedizinisches Fachpersonal: Physiotherapeut:innen/
Sportphysiotherapeut:innen, Sportmediziner:innen, Mannschaftärz:innen

4

Zielgruppe:

Athlet:innen jeden Alters, jeder Fitnessstufe, jeder Sportart

5

Wann sollte es angewendet werden?

Das Screening sollte regelmäßig durchgeführt werden, um eine Überweisung sicherzustellen.

6

Was es beinhaltet:

Zwei konsekutive Abschnitte: 1) Gruppe von Symptomen einer Beckenbodendysfunktion, 2) Risikofaktoren, allgemeine klinische und sport- bezogene Merkmale

Algorithmus des Screening Tools



SCORE A
SYMPTOM SCORE = 0

SCORE C
GESAMTSCORE < 14

Überwachung des allgemeinen Gesundheitszustandes der Athlet:in im multidisziplinären Team

SCORE B
GESAMTSCORE ≥ 14

Überweisung zur Spezialist:in für Beckenbodendysfunktionen empfohlen

SCORE A
SYMPTOM SCORE ≥ 1

Direkte Überweisung zur Spezialist:in für Beckenbodendysfunktionen

Anleitung:

Kreuze das Kästchen an, sollte das Symptom zutreffen. Jedes Kreuz entspricht einem Punkt.

PFD

SENTINEL

Symptome:



Leidest Du:

- ☐ üblicherweise unter ungewolltem Harnverlust?
- ☐ üblicherweise an starkem Harndrang (der dich zwingt auf Toilette zu gehen), der mit häufigem und nächtlichem Wasserlassen einhergeht?
- ☐ üblicherweise einem vaginalen Druck- oder Fremdkörpergefühl, welches auch ertastbar oder sichtbar ist?
- ☐ üblicherweise an unkontrolliertem Abgang von Winden oder Stuhl?
- ☐ üblicherweise an Schmerzen oder Beschwerden im Unterbauch oder Genitalbereich?

SYMPTOM SCORE= ____/5

Wenn keines der Symptome berichtet wird, fahre mit dem nächsten Abschnitt fort:

ITEMS

Klinische Merkmale

- ☐ BMI < 18.5
- ☐ BMI > 30
- ☐ Entbindung
- ☐ Entbindungsart: vaginale Geburt
- ☐ Diabetes mellitus
- ☐ Bindegewbserkrankungen
- ☐ Hypermobilitätssyndrom
- ☐ Essstörungen
- ☐ Relativer Energiemangel im Sport (RED-S)
- ☐ Muskuloskelettale Beschwerden (z.B. unterer Rückenschmerz, Hüftschmerzen)
- ☐ Medikamente (z.B. Psychopharmaka, ACE-Hemmer, Diuretika)
- ☐ Menopause/Postmenopausal
- ☐ Hormontherapie, Östrogenmangel
- ☐ unregelmäßiger Menstruationszyklus
- ☐ Verstopfungen
- ☐ Nerven- oder Muskelschäden, Gewebsverletzungen (Beckenboden)
- ☐ Beckenoperation, Bestrahlung
- ☐ Stattgehabte Harnwegsinfektionen
- ☐ familiäre Vorgeschichte Harninkontinenz
- ☐ familiäre Vorgeschichte für Senkungsbeschwerden und Vorfälle der Beckenorgane

Sportassoziierte Merkmale

- ☐ Trainingsjahre/ Jahre sportlicher Aktivität ≥ 9
- ☐ Alter bei Trainingsbeginn < 14 Jahren
- ☐ Trainingsstunden / Tag ≥ 2
- ☐ Trainingsstunden / Woche ≥ 8
- ☐ Trainingseinheiten / Woche ≥ 4
- ☐ Leistungssport/Kaderathlet:innen
- ☐ Medium-Impact Sportarten (z.B. Laufen, Fußball, Tennis, Karate)
- ☐ High-Impact Sportarten (z.B. Volleyball, Basketball, Turnen, Gewichtheben)

GESAMTSCORE: ____/28