**VBG\_NEXT**

VBG-Präventionspreis 2018

**Bewerbung: SSV Jahn Regensburg**

(Ausführlicher Abstract – ohne Zeichenbegrenzung)

**Was war die Herausforderung?**

Damit die medizinische Versorgung und die Prävention in allen Teams nicht nur von den finanziellen Rahmenbedingungen der unterschiedlichen Spielklassen des Vereins abhängen, wurde beim SSV ab der Saison 2015/16 ein grundsätzliches Präventionskonzept entwickelt, welches durch das Umfeld des Vereines getragen wird, die Ziele des Vereines berücksichtigt und möglichst Strategien beinhaltet, welche die „Prävention“ nachhaltig etablieren. Die Herausforderung für den Verein war es einerseits die Auswirkungen der sportlichen Abstiege so wenig wie möglich auf die Juniorenteams sowie deren medizinische Versorgung und die Prävention zu übertragen. Andererseits war es eine große Herausforderung für den Verein mit steigendem Erfolg allen Teams in kürzester Zeit eine möglichst umfassende und nochmals verbesserte medizinische Versorgung zu ermöglichen, insbesondere beim Thema „Prävention“.

Fundament für die Strategien des SSV waren neben den eigenen Zielen in der Prävention auch die steigenden Angebote der VBG in der Prävention (Verletzungsmonitoring, Test-Manual, Präventionsübungen, etc.), aber auch die Partnerschaft zu regionalen Kompetenzpartnern, deren sportmedizinische Forschung die typische Situation des SSV in den letzten 5 Jahren aufzeigte, nämlich dass mit den Auf- und Abstiegen der Teams ein stetiger Wechsel im Leistungslevel des Vereins und somit ein möglicher Risikofaktor für Verletzungen vorhanden ist [Krutsch et al. 2016, Luig, Achenbach et al. 2018]. Dadurch muss der SSV Jahn aktiv mit lückenlosen Präventionsmaßnahmen handeln (siehe Anhang: beiliegendes Material).

**Was wurde wie gemacht?**

Das bisherige sportmedizinische Team um die Mannschaftsärzte, die Teamphysiotherapeuten und Athletiktrainer, aber auch die medizinischen Pflichtuntersuchungen wurden schrittweise erweitert und ein regionales Kompetenz-Netzwerk zur Verbesserung der Prävention erstellt. Das Prinzip ist es, einerseits gemäß den möglichen Gegebenheiten im Verein die notwendigen finanziellen Mittel für eine nachhaltige Prävention in allen Teams des Vereines zu ermöglichen. Andererseits ist es eine wichtige Strategie die administrativen und finanziellen Grenzen des Vereines im Rahmen des Aufbauprozesses aus dem Amateurfußball seit der Saison 2015/16 nicht als Grenzen für die medizinische Prävention anzusehen, sondern darüber hinaus mit Kooperationen und Partnerschaften eine lückenlose und nachhaltige Prävention auf modernstem Level herzustellen und somit das eigene Präventionskonzept umzusetzen. Fokus dieser Partnerschaften ist es den gegenseitigen Mehrwert zu steigern, welches insbesondere auf Institute mit wissenschaftlichem Fokus abzielt. Während der SSV einerseits wichtige Daten und Studienprobanden für verschiedene wissenschaftliche Fragestellungen der Sportmedizin

liefert, die im deutschen Profifußball aufgrund der traditionell geringen Mitarbeit bei solchen Studien selten ist, ermöglichen die Partner-Institute durch deren Arbeit dem SSV die modernsten Möglichkeiten der Verletzungsprävention, indem Equipment, Know-how und Innovationen zur Verfügung gestellt werden. Die Offenheit beider Seiten auch neue Wege zu gehen, stellt hierbei den wichtigsten Pfeiler der Prävention dar. Das im Anhang mitgesendete Informationsmaterial stellt die verschiedenen Prinzipien, Strategien und Module der Präventionsmaßnahmen des SSV Jahn Regensburg auf verschiedenen Ebenen dar.

**Was konnte erreicht werden? Wie ist die Wirksamkeit?**

Die Wirksamkeit der Prävention, kann und darf nicht nur in der absoluten Zahl an Verletzungen gegengerechnet werden, sondern muss mannigfaltig bewertet werden. Grund dafür ist, dass gerade bei mehreren Ab- und Aufstiegen die Teams des SSV, die Spieler, das Teampersonal und die Situation sich stetig ändert haben und dadurch im Verlauf nicht vergleichbar sind [Krutsch et al. 2016, Luig, Achenbach et al. 2018]. Ein stetiges Monitoring der Verletzungen aller Mannschaften ist essentiell und wird beim SSV auch seit der Saison 2015/16 systematisch nach VBG-Vorlage durchgeführt. Es ist zusätzlich ermöglicht worden, dass Basismaßnahmen der Prävention nach neuestem Experten-Konsensus oder wissenschaftlich evidenten Daten eingeführt wurden, die nicht oder nur schwer an ihrer sofortigen Wirksamkeit mit reduzierten Verletzungszahlen gemessen werden können. Hierzu gehören Screening-Untersuchungen zu Saisonbeginn mit neuromotorischen Tests der unteren Extremität. Testergebnisse werden individuell ausgewertet und daraus Maßnahmen im Training abgeleitet. Die aktive Prävention wird einerseits im Training mit passenden Trainingsmodulen eingeführt, andererseits auch als Hausaufgabenprogramme mit nach Hause gegeben. Parallel dazu ist eine systematische Kontrolle der Belastung und Auslastung der Spieler entscheidend und für alle Teams und Spieler des SSV etabliert. Hochrisiko-Spielergruppen für Verletzungen wie Auswahlspieler oder Neulinge im Verein werden spezifisch vorbereitet und an ihre Belastungen schrittweise adaptiert und in einem Online-System dokumentiert. Die sekundäre Prävention beinhaltet beim SSV ein systematisch organisiertes Notfall-Management für alle Verletzungen und Teams, ein Expertenpool aus verschiedenen medizinischen Disziplinen, sowie eine vereinsinterne Rehabilitationsabteilung. Für eine strukturierte Rückführung verletzter Spieler werden nach dem VBG-Konsensus Return to play-Analysen durchgeführt. Die für eine suffiziente Auswertung der Return to play-Testungen notwendigen Baseline-Testungen werden jährlich zu Saisonbeginn durchgeführt, abgestuft für Profis und Juniorenteams. Eine sportpsychologische Anlaufstelle steht allen Spielern zur Verfügung. Allerdings entschied sich der SSV gegen Internat-Strukturen, wo Juniorenspieler aus dem eigenen Zuhause entrissen werden, sondern man entschied sich für die Entwicklung der Kinder und auch pädagogisch wertvollere Strategie, nämlich die Kinder bei ihren Eltern wohnen zu lassen und Talente aus der Region zu bevorzugen (siehe: Informationsmaterialien im Anhang).

**Was ist das Besondere oder Neue an Ihrem Engagement?**

Im Sport und insbesondere im Profi-Fußball sind viele Vorhaben eine Frage der finanziellen Möglichkeiten. Der SSV ist im Jahr 2018 als das Team der 2. Bundesliga gelistet, welches sich beim Marktwert der Teams, den TV-Einnahmen, dem Umsatz und Erlös sowie den Transferausgaben im unteren Drittel der Liga wiederfindet (www.statista.com). Die Kunst für einen Verein mit geringeren finanziellen Möglichkeiten im Liga-Vergleich oder im Falle einer sportlichen Talfahrt ist es die medizinischen Standards in der Prävention nicht zu verlieren, sondern im Gegenteil damit frühzeitig zu beginnen und im Falle des sportlichen Erfolges die Prävention dann nachhaltig nochmals auszubauen. Die eigenen Möglichkeiten im regionalen Setting werden hierbei komplett durch Kooperationen ausgenutzt.

Das „Kompetenznetzwerk Prävention“ ist beim SSV mittlerweile von mehreren Partnerinstituten getragen, welche das Präventionskonzept in ihrer Expertise und Erfahrung gestalten. Dies wirkt sich nicht nur bei der Reduktion oder der guten medizinischen Versorgung von Verletzungen aus, sondern zeigt auch: „**Nachhaltige Prävention ermöglicht auch einen sportlichen Erfolg**“, welches bereits wissenschaftlich publiziert wurde [Hägglund et al 2013]. Der Start des Präventionskonzeptes 2015 macht sich bezahlt, das zeigt der SSV Jahn in den letzten 3 Jahren sowie im Jahr 2018 in allen seinen Teams und auf diese Entwicklung ist der SSV und seine Vereinsführung stolz.

**Literatur:**

Krutsch W1, Zeman F2, Zellner J3, Pfeifer C3, Nerlich M3, Angele P3,4. Increase in ACL and PCL injuries after implementation of a new professional football league. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2016 Jul;24(7):2271-9. doi: 10.1007/s00167-014-3357-y. Epub 2014 Oct 8.

Luig P, Krutsch W, Nerlich M, Henke T, Klein C, Bloch H, Platen P, Achenbach L. Increased injury rates after the restructure of Germany's national second league of team handball. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2018 Feb 5. doi: 10.1007/s00167-018-4851-4. [Epub ahead of print]

Hägglund M1, Waldén M, Magnusson H, Kristenson K, Bengtsson H, Ekstrand J. Br J Sports Med. Injuries affect team performance negatively in professional football: an 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study. 2013 Aug;47(12):738-42. doi: 10.1136/bjsports-2013-092215. Epub 2013 May 3.

Gezeichnet,

Christian Martin

Leiter Nachwuchsleistungszentrum

SSV Jahn Regensburg