

Düsseldorfer Labor bereitet Athleten auf Olympia 2024 vor

© Medizinische Laboratorien Düsseldorf MLD



Vorbereitung für die Blutabnahme.

Gemeinsam mit dem Olympiastützpunkt NRW/Rhein-Ruhr im Landessportbund NRW e.V. (OSP) und dem Institut für Biochemie (Abteilung Sporternährung) der Deutschen Sporthochschule Köln unterstützen die Medizinischen Laboratorien Düsseldorf (MLD) Athletinnen und Athleten, die von Rhein und Ruhr im Juli 2024 zu den olympischen Spielen nach Paris fahren werden.

👁 Beate Werthschulte

Die Medizinischen Laboratorien Düsseldorf, gegründet bereits 1968, stehen für modernste Labordiagnostik mit persönlichem Service in den Bereichen der Laboratoriumsmedizin, Medizinischen Mikrobiologie, Virologie, Infektionsepidemiologie sowie Transfusionsmedizin, Hämostaseologie, Hygiene und Umweltmedizin. Aktuell bieten sie den Sportlerinnen und Sportlern, die im kommenden Jahr an den Olympische

Spiele teilnehmen werden, einen ganz besonderen Service an, nämlich eine präzise Blutanalyse für optimale Ernährung. Dazu bereisen Mitarbeitende der Laboratorien die Olympiastützpunkte der Kanuten, Schwimmer und Badmintonspieler, um diese im Rahmen ihres Trainings zu testen. Eine Medizinische Fachangestellte nimmt den Athletinnen und Athleten für eine Analyse im medizinischen Fachlabor am Spielfeld- oder Beckenrand Blut ab. Als sichere Grundlage für eine individuelle Ernährungsberatung werden neben einem kleinen Blutbild vorrangig Eisen-, Vitamin D- und B12-Werte der Sportlerinnen und Sportler bestimmt – denn wer diese Blutwerte kennt, weiß, ob die Ernährung angepasst oder Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden sollten. „Lokale Sportler zu unterstützen, war unser Wunsch. Daher haben wir gleich zugesagt, als der OSP mit der Idee auf uns zukam. Uns war klar, dass es am einfachsten ist, wenn wir zu den Athleten fahren. Eine Blutabnahme vor Ort ist schnell und unkompliziert möglich“, erläutert Labormedizinerin Tanja

Hadamik, die gemeinsam mit ihrem Team bei den Medizinischen Laboratorien das Projekt betreut. Das Angebot wird von den Sportlerinnen und Sportlern übrigens gern angenommen und sehr geschätzt.

Die Laborergebnisse werden an Dr. Hans Braun und sein Sporternährungsteam am Institut für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln geschickt und dort gemäß aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen interpretiert und in die individuelle Ernährungsberatung integriert. Die optimale Ernährung im Sport sei von vielfältigen Faktoren abhängig und berücksichtige individuelle Gegebenheiten wie die Verträglichkeit von Lebensmitteln, aber auch Trainings- und Wettkampfphasen, so Braun. „Insbesondere Eisen und Vitamin D sind kritische Nährstoffe in der Versorgung von Leistungssportlern. Defizite können sich in der Leistungsfähigkeit und Gesunderhaltung bemerkbar machen. Daher ist es sehr hilfreich, dass die erhobenen Ernährungsdaten der Athletinnen und Athleten durch anerkannte Blutparameter ergänzt werden“, erklärt der Experte. Der Olympiastützpunkt NRW/Rhein-Ruhr hat in Ernährungsberater und Sportwissenschaftler Braun einen wissenschaftlichen Partner an seiner Seite. Und um die Ernährungsberatung noch sicherer und zielgenauer anbieten zu können, ist die Kooperation mit dem Düsseldorfer Labor eine gute Ergänzung. ■

© Medizinische Laboratorien Düsseldorf MLD



Tanja Hadamik.



Dr. Hans Braun.

© Deutschen Sporthochschule Köln DSHS – Presse