

# sport- & präventiv medizin

43. Jahrgang  
Heft 3 und 4 | 2013

Offizielles Organ der Österreichischen  
Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention

## IM BRENNPUNKT ZUSCHAUER – EMOTIONALES KAPITAL DES SPORTS

Lösungsansätze zur Verhinderung  
von Massenpanik

## TAUCHMEDIZIN PROFESSIONELLE UNTERWASSERFILMEREI

Sport- und arbeitsmedizinische Aspekte

## AKTUELL VOM SPORTARZTDIPLOM ZUR EIGENEN SPORTARZTPRAXIS

Ein Wegweiser für angehende  
Sportärzte und Sportärztinnen

# BELASTUNGEN IM SCHISPRUNGLAUF

AUS DER PRAXIS FÜR DIE PRAXIS



Österreichisches Institut  
für Sportmedizin



Österreichische Gesellschaft für  
Sportmedizin und Prävention



# Basenmineralmischungen

## Forschungsoffensive zur Nahrungsergänzungsmitteln

Am  
Beispiel der  
Basen-Mineral-  
Mischung nach  
Dr. Töth

Zunehmend wird man im sportmedizinischen Alltag mit neuen Produkten aus den Bereichen der Nahrungsergänzungsmittel und Medizinprodukte konfrontiert. Die Suche nach „pro- und contra“- Argumenten gestaltet sich oftmals schwierig und der Blick in die aktuelle Fachliteratur beziehungsweise die Sichtung der aktuellen Studienlage kann als Argumentationshilfe dienlich sein.

Wilhelm Mosgöller

### NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL ODER MEDIZINPRODUKT

Nahrungsergänzungsmittel (NEM) sind Lebensmittel mit bestimmten Nähr- und Wirkstoffen, die dosiert eingenommen eine physiologische Wirkung entfalten. Werbeaussagen und Produktauslobungen (Versprechungen an den Konsumenten) werden EU-weit geregelt. Die Beweislast für Wirkversprechen liegt beim Hersteller.

Viele Sport-Präparate werden nicht als NEM sondern als Medizinprodukt vermarktet. Bei der Zulassung als Medizinprodukt geht es primär um Anwender-Sicherheit, was ein Lebensmittel ja locker schafft. Bezüglich des Wirkungsnachweises profitiert der Hersteller bei Medizinprodukten von lockeren Bestimmungen, Darüber hinaus entzieht man sich der Kontrolle der zuständigen Nahrungsmittelbehörden. Naturgemäß ist man hier über die Situation „not amused“. Im Original klingt das so: „Aufgrund rechtlicher Lücken, die jedoch in absehbarer Zeit geschlossen werden, wird mit Medizinprodukten ordentlich viel Schindluder getrieben“

### AKTUELLE FORSCHUNG

Die positive Nachricht: Es gibt sie - Hersteller die ihr Produkt als NEM vermarkten und den Wirknachweis ernst nehmen. Derzeit laufen beispielsweise sportmedi-

zinische Studien mit der Basenmineralmischung (BMM) von Dr. Töth. Die Studie vergleicht die Effekte von zwei Dosierungen der Dr. Töth BMM auf das Herzkreislaufsystem, die Atmung, Leistungs- und Regenerationsfähigkeit. Mittels objektiver sportmedizinischer Leistungsdiagnostik unter Ausbelastung am Fahrradergometer. Die Untersuchung ist ein sogenannter sportartunspezifischer Labortest. Zusätzlich, durch Erhebung der subjektiven Befindlichkeit und Regeneration werden die Wirkungen systematisch untersucht.

Die BMM nach Dr. E. Töth besteht aus Natrium, Kalzium, Magnesium und Kalium in harmonisch aufeinander abgestimmten Mengenverhältnissen. Nachdem einzelne Inhaltsstoffe bereits jetzt behördlich genehmigte gesundheitsbezogene Auslobungen begründen, ist es primäres Ziel dieser Studie die Veränderungen der Leistungsfähigkeit, Vitalisierung und Regenerationsfähigkeit, die sich nach der Einnahme der Basen-Mineral-Mischung insgesamt einstellen, zu belegen. Die Pilotstudie an freiwilligen Teilnehmern, erfolgt im sogenannten Cross Over Design, d.h. jeder Teilnehmer nimmt die Prüfpräparate abwechselnd für jeweils eine Woche. Jede Woche wird mit einer sportmedizinischen Leistungsdiagnostik im Studienzentrum beendet. Die spiroergometrischen Befunde VOR der Einnahme werden mit jenen

NACH der Einnahme verglichen. Solcherart werden die Verbesserungen der subjektiven Schlafqualität - generell und insbesondere am Tag nach der körperlichen Ausbelastung dokumentiert. Der Studien-Schwerpunkt liegt allerdings auf Parametern der objektivierten sportmedizinischen Leistungs-Diagnostik. Dabei werden Einflüsse auf die Herzfrequenz, des Blutdrucks in Ruhe und unter maximaler Ausbelastung, die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit, der Gasaustausch (O<sub>2</sub>, CO<sub>2</sub>), die Atem- und Kreislaufökonomie betrachtet. Als zentraler Stoffwechselformparameter wird das Laktat vor und während der Ausbelastung sowie während der Erholungsphase bestimmt. Aufgrund der Zusammensetzung der BMM nach Dr. Töth und der bekannten Wirkmechanismen ist damit zu rechnen, dass nicht nur Sportler, sondern die Allgemeinbevölkerung - insbesondere auch ältere Personen - von der Einnahme der BMM profitieren. Die Ergebnisse dieses Forschungsprojektes werden im Jahr 2014 in der Zeitschrift sport- & präventivmedizin präsentiert.

### AUTOR:

A.o. Prof. Dr. Wilhelm Mosgöller  
IKF, Borschkegasse 8a,  
KIM-1, Medizinische Universität Wien,  
1090 Wien  
E-mail: wilhelm.mosgoeller@meduniwien.at



**ANMERKUNG DER REDAKTION**

Die Zeitschrift sport- & präventivmedizin versteht sich auch als Plattform zur Präsentation aktueller Forschungsvorhaben und Forschungsergebnisse und es würde uns sehr freuen, wenn dadurch nicht nur interessante Arbeiten präsentiert werden, sondern auch die Vernetzung von Forschern/innen und Forschungsgruppen auf dem Gebiet der Sport- und Präventivmedizin gefördert wird.

# Power. Ausdauer. Sieg.

For all sports.



[www.licht-quanten.com](http://www.licht-quanten.com)

**Dr. Ewald Töth®**