

Allgemeine Hinweise

Kosten und Anmeldung

Liegen medizinische Gründe vor oder werden Sie ärztlich an uns überwiesen, so werden die Kosten in der Regel von der Krankenkasse/Unfallversicherung übernommen. Gerne klären wir die Kostenübernahme im Vorfeld für Sie ab.

Kontakt

Für einen Termin oder sonstige Anfragen kontaktieren Sie uns bitte telefonisch. Tel. 044 911 20 40 (Montag bis Freitag, 8 bis 17 Uhr)

Weitere Informationen

Details zu unserem Angebot und Team sowie zu unseren Preisen entnehmen Sie bitte der Website unter: www.spitaluster.ch/sportmedizin



*Sportmedizin –
Verletzungen vorbeugen,
erkennen, behandeln.*

Wir helfen Ihnen auf die Sprünge.

Die Sportmedizin befasst sich mit der Prävention und Behandlung von Verletzungen oder Fehlbelastungen. Sportmediziner unterstützen ausserdem beim Planen und Durchführen eines «gesunden» oder leistungssteigernden Trainings sowie beim Abschätzen der Risiken.

Wer sich regelmässig körperlich bewegt oder ein sportliches Ziel verfolgt, sollte seinen Gesundheitszustand und seine persönliche Leistungsfähigkeit ab und zu überprüfen lassen. Das Angebot der Sportmedizin am Spital Uster richtet sich sowohl an Hobby- wie auch an Leistungssportler*innen. Seit 2015 trägt das Spital Uster das Label «Sport Medical Base approved by Swiss Olympic».

Sportmedizinische Untersuchung

Erkenntnisse aus der sportmedizinischen Untersuchung haben zum Ziel, Probleme durch falsches Trainieren zu verhindern. Aufbauend auf den Ergebnissen kann eine individuelle Trainingsempfehlung erstellt werden.

Leistungscheck

Laktatstufentest, Spiroergometrie, Lungenfunktionsmessung sowie funktionelle Stabilitätstests liefern wertvolle Erkenntnisse zum aktuellen Leistungsstand. Mit der Ermittlung der Leistungsentwicklung kann zukünftiges Training optimiert werden.

Sportkardiologische und -pneumologische Abklärungen

Fehlende Leistung, übermässige Atemnot, Brustschmerzen oder Herzstolpern können auf ein Herzproblem oder eine sportbezogene Lungenproblematik hinweisen. Lassen Sie sich abklären, wenn Sie Symptome haben oder sich neu sportlich betätigen wollen.

Sportorthopädische oder -traumatologische Abklärungen

Gerne unterstützen wir Sie bei einer Verletzung oder Überbelastung, die Sie daran hindert, Sport zu treiben oder Ihr Leistungsniveau zu halten.



» Mangelnde Vorbereitung ist oft der Grund für Sportverletzungen. «

*Dr. med. Alexander Westphalen,
Leiter Sportmedizin Spital Uster*

Akute Sportverletzungen

Auch bei akuten Sportverletzungen, Frakturen, Bänder- oder Sehnenrissen sind Sie bei uns an der richtigen Adresse. Neben schneller und präziser Abklärung bieten wir Ihnen sämtliche Therapieoptionen auf höchstem Niveau.

Sportphysiotherapie

Rehabilitation, Verletzungsprävention und Leistungssteigerung: das sind die drei Pfeiler der Sportphysiotherapie. Wir helfen Ihnen, Ihr Leistungsniveau wiederzuerlangen – mittels manuellen Interventionen, medizinischem und sportspezifischem Aufbautraining, Triggerpunkttherapie, Dry Needling und weiteren indizierten Anwendungen und Techniken.

Sporternährungsberatung

Erhalten Sie Ernährungstipps, die Sie beim Sport unterstützen. Gerne führen wir auch Körperfettmessungen durch.