Balgrist
Universitätsklinik

**Programm**

# 3. Zürcher Sportmedizin Symposium

# «Innere Medizin und Sport»

**Freitag, 6. Dezember 2024**
9.00 – 17.00 Uhr

Universitätsklinik Balgrist, Zürich

Universität Zürich[UZH]

swiss olympic | Medical Center

Wir freuen uns sehr, am Freitag, 6. Dezember 2024 das **3. Zürcher Sportmedizin Symposium** an der Universitätsklinik Balgrist durchzuführen.

Namenhafte Expertinnen und Experten werden zum Thema «Innere Medizin und Sport» referieren. Die Fortbildung richtet sich an alle sportmedizin-interessierten und -begeisterten Ärztinnen und Ärzte insbesondere aus den Disziplinen Sport- und Hausarztmedizin und an Therapeut/-innen sowie Wissenschaftler/-innen, die auf diesem Gebiet forschen.

Die Themenbereiche umfassen unter anderem Höhen- und Bergmedizin, Digitalisierung in der Sportmedizin, Sport und Immunsystem und Sporternährung.

Ausserdem dürfen wir den Schweizer Bergläufer und Abenteurer Tobias Renggli (www.tobiasrenggli.ch) zum Interview begrüssen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

**Prof. Dr. med. Johannes Scherr**
Chefarzt und Leiter

**Dr. med. Nora Wieloch**
Oberärztin

**Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin an der Universitätsklinik Balgrist**

## Wissenschaftliche Leitung

**Prof. Dr. med. Johannes Scherr**
Chefarzt und Leiter, Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin, Universitätsklinik Balgrist, Zürich

**Dr. med. Nora Wieloch**
Oberärztin, Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin, Universitätsklinik Balgrist, Zürich

## Akkrediteriung

Sport & Exercise Medicine Switzerland SEMS: 6 Credits
Schweizerische Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin SGAIM: 4 Credits
Physioswiss: 5 Credits
ChiroSuisse: 6 Credits

## Veranstaltungsort

Universitätsklinik Balgrist
Auditorium
Forchstrasse 340
8008 Zürich, Schweiz

## Evaluation

Wie hat Ihnen das Symposium gefallen? Wir danken Ihnen wenn Sie die kurze Umfrage ausfüllen.

Link zur Umfrage:
https://redcap.link/sportmedizin2024
oder via QR Code

**Mit freundlicher Unterstützung:**

BAUERFEIND®

BioMed®

Burgerstein microcare®

IBSA
Caring Innovation

# DIE PERSÖNLICHE MISCHUNG FÜR IHRE PATIENTEN.

Jeder Mensch ist anders – wir gehen darauf ein. Mit Burgerstein microcare® können Sie Ihren Patientinnen und Patienten personalisierte Mikronährstoff-Mischungen verschreiben; zur Aufrechterhaltung des Wohlbefindens, bei erhöhtem Bedarf oder zur Unterstützung einer schulmedizinischen oder komplementären Therapie. **www.microcare.ch**

Partnerschaft mit Burgerstein microcare®

**Genau richtig.**

**Burgerstein microcare®**

## Referenten

- **Dr. med. Hanspeter Betschart**
  Chefarzt Berit SportClinic, Speicher
  Chief Medical Officer Swiss Olympic
- **PD Dr. med. Christoph Dehnert**
  Oberarzt Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin, Universitätsklinik Balgrist, Zürich
- **Sandro Galli**
  Sportwissenschaftler Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin, Universitätsklinik Balgrist, Zürich
  Geschäftsführer personal-training.ch
- **Dr. med. Katharina Heschl**
  Oberärztin Pneumologie, Universitäts-Kinderspital Zürich
- **Daniel Hofstetter**
  Ernährungsberater, Master of Food Science ETH, Performance Nutrition
  Ehemaliger Leistungssportler (u.a. Weltmeister Triathlon Langdistanz)
- **Dr. med. Walter Kistler**
  Chefarzt Sportmedizin, Leitender Arzt Innere Medizin, Spital Davos
  Mitglied Medical & Player Safety Committee IIHF (International Ice Hockey Federation)
- **Prof. Dr. Karsten Krüger**
  Leiter Leistungsphysiologie und Sporttherapie, Institut für Sportwissenschaft, Justus-Liebig-Universität, Gießen
- **Dipl. Ing. ETH Christoph Mannhart**
  Ernährungswissenschaftler, Consulting Mannhart, Wolfhausen
- **Prof. Dr. Carlo Menon**
  Leiter «Biomedical and Mobile Health Tech Lab», ETH Zürich, Departement Gesundheitswissenschaften und Technologie

## Programm
## Freitag, 6. Dezember 2024

| | | |
|---|---|---|
| **ab 08.30** | ***Registration & Willkommenskaffee*** | |
| **08.50** | Begrüssung | J. Scherr |
| | | ***Moderation: J. Scherr*** |
| **09.00** | Olympische Spiele Paris 2024 - Blick hinter die Kulissen der Med. Abteilung | H. Betschart |
| **09.30** | Exercise Immunologie - die ubiquitäre Rolle der Bewegung | K. Krüger |
| **10.00** | Akute Atemsymptome bei Sport: eILO oder EIB. Wie abklären? Was tun? | K. Heschl |
| ***10.30*** | ***Bewegungsimpuls und Kaffeepause*** | |
| **11.00** | Superfood im Sport - was gibt's und was nützt's? | D. Hofstetter |
| **11.30** | Inflammation im Spannungsfeld zwischen Ernährung und Bewegung – wofür gibt's Evidenz? | C. Mannhart |
| ***12.00*** | ***Mittagessen*** | |

| | | |
|---|---|---|
| | | ***Moderation: N. Wieloch*** |
| **13.30** | Digitalization, smart watches, intelligent clothing - what can it do and what can`t it do? | C. Menon |
| **14.00** | Trainingsmythen - evidenbasiertes Kraft-/ Ausdauertraining | S. Galli |
| **14.30** | Mittlere Höhe – was man als (Sport-)Medizi-ner hierbei wissen muss | W. Kistler |
| ***15.00*** | ***Bewegungsimpuls und Kaffeepause*** | |
| **15.30** | Höhenmedizin - Training & Medikamente - optimale Vorbereitung auf Touren in grosser Höhe | C. Dehnert |
| **16.00** | Interview mit **Tobias Renggli**, Schweizer Bergläufer und Abenteurer | Moderation J. Scherr |
| **17.00** | Schlussworte | J. Scherr & N. Wieloch |
| ***ab 17.00*** | ***Apéro mit Glühwein, Raclette und Marroni im Park der Universitätsklinik Balgrist*** | |

**Kontakt**
Stefanie Pfister
Kongress-Sekretariat
T + 41 44 386 38 33
kongresse@balgrist.ch

Universitätsklinik Balgrist

Forchstrasse 340
8008 Zürich, Schweiz
www.balgrist.ch