

## 1. Medizinisches Infoschreiben für die Paralympics PEKING 2022

Liebe potentielle Athlet\*innen sowie Betreuer\*innen  
des Team Deutschland Paralympics,

Mit diesen **ersten** Gesundheitsinformationen möchten wir Euch insbesondere über mögliche Impfungen und die sportliche Vorbereitung aus medizinischer Sicht in Kenntnis setzen. Ein weiteres medizinisches Informationsschreiben wird folgen, in dem über die klimatischen und regionalen Besonderheiten in Peking, die lange Fluganreise mit Zeitverschiebung, die Medikamenteneinfuhr nach China und die Medizingeräte- und Medikamentenausstattung berichtet wird.

Um medizinisch gut vorbereitet in die Saison zu starten, würden wir dringend empfehlen, die kommenden Wochen zu nutzen, um einige wichtige Untersuchungen durchführen zu lassen.

Ich empfehle insbesondere:

- Die Überprüfung des **Zahnstatus**.
- Die Kontrolle und Aktualisierung des **Impfschutzes** inklusive der **Gripeschutzimpfung**.
- Eine **Lungenfunktionsprüfung** vor und nach Belastung zum Ausschluss eines (Belastungs-) Asthmas.
- Die Prüfung des **Eisens (Ferritin-) und des Vitamin D Spiegels** und ggf. eine entsprechende Substitution.

Einige konkrete Empfehlungen findet ihr nachfolgend.

Auch wenn das selbstverständlich sein sollte, möchten wir noch einmal darauf hinweisen, dass bei Verwendung von **Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln** die Anti-Doping Bestimmungen zu beachten sind. Bitte NIE Medikamente einnehmen ohne vorherigen Check!

Medizinisches Cannabis wird nach China nicht eingeführt werden können. Auch das bitten wir bereits heute zu beachten. Solltet Ihr ein entsprechendes Präparat benötigen, bitten wir Euch unverzüglich mit Eurem/Eurer Sportarzt\*in in Verbindung zu setzen um mit ihm/ihr das weitere Vorgehen zu besprechen.

### 1) IMPFUNGEN

Für die **Einreise nach China sind keine Impfungen** vorgeschrieben. Für alle Athlet\*innen und Betreuer\*innen gilt: Der *persönliche Impfstatus* ist umgehend zu prüfen bzw. von einem Arzt kontrollieren zu lassen. Der Impfstatus sollte sich mit allen Standardimpfungen gemäß Robert-Koch-Institut (Tetanus (Wundstarrkrampf), Diphtherie, Polio (Kinderlähmung), Pertussis (Keuchhusten), Grippe (Influenza), Masern, Mumps und Röteln) auf dem aktuellen Stand befinden.

**Grippe (Influenza) und Masern** haben bei Massenveranstaltungen wie den Paralympics immer ein hohes Übertragungsrisiko. Daher empfehlen wir neben den o.g. Impfungen, **allen eine Gripeschutzimpfung**. Diese ist sowohl jetzt für den Winter hier in Deutschland empfehlenswert als auch im Hinblick auf die Paralympics.



Für Reisende unter 25 Jahren: Meningokokken Impfung (Hirnhautentzündung) mit Konjugatimpfstoff (für die Typen A, C, W135, Y).

Für Reisende über 60 Jahre oder Reisende mit chronischen Erkrankungen: Pneumokokken (Lungenentzündung).

**Achtung:** Es kann Lieferengpässe der Hersteller geben; deshalb bitte frühzeitig darum kümmern! Da es sich nicht um Pflichtimpfungen handelt, kann der DBS die Kosten für Impfungen nicht übernehmen.

## 2) COVID 19

Am 28.12.2021 meldete China 197 (davon 0 in Peking) neue Infektionen, bei 1,4 Milliarden Einwohnern (21,54 Mio. in Peking). Seit August 2020 hielten sich die täglichen Neuinfektionen in Peking im einstelligen Bereich. Die Zahlen stehen somit in keinem Verhältnis zu den Statistiken der europäischen Länder. Dies ist nicht zuletzt in den enorm strengen Maßnahmen in China und ihrer sogenannten „Null-Covid-Strategie“ zu begründen. Ca. 85% der Bevölkerung (Stand 28.12.2021) gelten mit den chinesischen Impfstoffen als vollständig geimpft. Durch die vorgeschriebenen Maßnahmen wird der Kontakt zu den Einheimischen größtenteils vermieden werden. Wir möchten euch bitten alle Hygienevorschriften zu befolgen, um das Infektionsrisiko so gering wie möglich zu halten. Mit Blick auf die Corona-Pandemie und wichtigen Verhaltensregeln wurden sogenannte „Playbooks“ vom IPC und den Organisatoren der Paralympics veröffentlicht, die als zentrale Informationsquelle dienen. Die aktuellste Version des Playbooks ist [hier](#) zu finden.

**Covid 19-Impfung: Der Vorstand Leistungssport hat beschlossen, nur vollständig geimpfte Personen für die Paralympics in Peking zu nominieren. Die Beantragung von Ausnahmegenehmigungen ist damit ausgeschlossen. In Absprache mit der Virologin Prof. Dr. Barbara Gärtner möchten wir zusätzlich die Empfehlung aussprechen, eine Booster-Impfung zu absolvieren, sobald die 2. Impfung länger als vier Wochen zurückliegt!**

## 3) ANTI-DOPING

Alle Athlet\*innen sind für den Gebrauch von Medikamenten selbst verantwortlich. Verlasst Euch bei der Verordnung von Medikamenten durch den Hausarzt oder Facharzt nicht darauf, dass diese frei von Substanzen sind, die auf der Dopingliste stehen. Selbst vermeintlich harmlose Erkältungsmittel können zu einem positiven Dopingtest führen. Kontrolliert daher alle Medikamente selbst. Möglich ist dies über die Internetseite: [www.nadamed.de](http://www.nadamed.de). Ebenso steht das Ressort Medizin der Nationalen Anti-Doping Agentur (NADA) für Medikamentenanfragen unter [medizin@nada.de](mailto:medizin@nada.de) zur Verfügung. Auch die Anwendung verbotener Methoden (z.B. Infusionen) ist nicht erlaubt!

Solltest Du aus therapeutischen Gründen auf die Einnahme verbotener Substanzen oder die Anwendung verbotener Methoden angewiesen sein, musst Du als Athlet\*in unbedingt eine **gültige**



**medizinische Ausnahmegenehmigung (TUE)** besitzen. Vor Einnahme einer verbotenen Medikation oder vor Anwendung einer verbotenen Substanz ist eine TUE als Testpoolathlet umgehend bei der NADA zu beantragen. Für Rückfragen steht Euch die Referentin Klassifizierung, Winnie Timans unter [timans@dbs-npc.de](mailto:timans@dbs-npc.de) zur Verfügung.

In diesem Zusammenhang sei auch noch auf das Risiko durch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln hinzuweisen. Bei Nahrungsergänzungsmitteln kann es im Herstellungsprozess zu Verunreinigungen mit Stoffen kommen, die auf der aktuellen WADA-Verbotsliste stehen und ggf. zu einem positiven Dopingbefund führen können. Auf der Internetseite [www.koelnerliste.com](http://www.koelnerliste.com) ist die „Kölner Liste“ eine Orientierungshilfe für getestete Nahrungsergänzungsmittel. Eine Rücksprache mit dem Mannschaftsarzt oder einem Ernährungsberater am OPS ist ebenfalls anzuraten.

Für weitere Informationen sind Internet-Links aufgeführt. Es stehen aber auch die DBS-Sportärzte gerne allen Athlet\*innen und Betreuer\*innen für Rückfragen zur Verfügung.

Viele Grüße

Prof. Dr. Anja Hirschmüller  
Leitende DBS-Sportärztin Leistungssport

Dr. Hartmut Stinus  
Chief Medical Officer (CMO) für die Paralympics PEKING 2022

#### **Internet-Links**

[www.nadamed.de](http://www.nadamed.de)

[www.gemeinsam-gegen-doping.de](http://www.gemeinsam-gegen-doping.de)

<https://www.nada.de/medizin/nadamed/>

[www.koelnerliste.com/koelner-liste.html](http://www.koelnerliste.com/koelner-liste.html)

[www.infektionen-und-leistungssport.de](http://www.infektionen-und-leistungssport.de)

[www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/china-node/chinasicherheit/200466#content\\_5](http://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/china-node/chinasicherheit/200466#content_5)

<https://www.athletemonitoring.com/>