

## **Abstract zur Posterpräsentation auf dem 1. Nationalen Präventionskongress in Dresden (01.-02.12.2005)**

### **Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln bei 10- bis 19-jährigen Leistungssportlern/innen**

A.M. Offer<sup>1</sup>, M. Steuer<sup>1</sup>, K. Völker<sup>2</sup>, E. Jakob<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Abt. Sportmedizin, Krankenhaus f. Sportverletzte Hellersen; Paulmannshöher Str. 17; 58515 Lüdenscheid; Email: offer@hellersen.de

<sup>2</sup>Institut für Sportmedizin des Universitätsklinikums Münster

**Methode:** In einer fragebogengestützten Untersuchung wurden 10- bis 19-jährige Sportler (n= 293, 148 w, 145 m, MW=14,74 J.) befragt, die im Zeitraum vom 01.05.bis 31.12.2004, z.B. im Rahmen der sportmed. Untersuchung behandelt wurden (93,9% Kaderzugehörigkeit, durchschnittliche Trainingsminuten pro Woche: 745 Min.± 394).

**Ergebnisse:** 161/293 (54,9%) gaben an, in den letzten 3 Monaten NEM eingenommen zu haben (jüngster Athlet 11 J.; max. 13 verschiedene Präparate in letzten 3 Monaten). Dabei korreliert das Alter mit der Anzahl der eingenommenen NEM schwach, aber hochsignifikant ( $r=0,216$ ,  $p=0,007$ ). 31/276 (11,2%) haben bereits einen Vortrag, eine Erläuterung/Unterweisung oder Ähnliches zum Thema NEM mitgemacht. 100/240 (41,7%) meinen, dass das Statement "In NEM können Substanzen enthalten sein, die auf der Dopingliste stehen" genau stimmt. 152/283 (53,7%) haben ein Interesse an einer Ernährungsberatung (EB). 68/288 (23,6%) haben bisher in ihrem Verständnis schon mindestens einmal eine sog. "Ernährungsberatung" mitgemacht.

**Schlussfolgerung:** Für jugendliche Sportler ist eine frühzeitige Aufklärung zu den Themen Ernährung/NEM notwendig.