

Das Online Service
für LäuferInnen

www.vienna-marathon.com

März 2008
Ausgabe 28



CHANGE TO ENGLISH VERSION

VCM Medical Center unter neuer Leitung!

Gesund und sicher an den VCM-Start!



Foto Credit: VCM

Das VCM Medical Center bietet unter neuer Leitung wieder eine einzigartige Serviceleistung!

Dieses in Österreich in dieser Qualität einzigartige Service ermöglicht auf der VCM Sportmesse am Freitag, 25. und am Samstag, 26. April einen letzten Check des Gesundheitszustandes bzw. die Beantwortung von drängenden medizinischen Fragen.

VCM
EDITORIAL



**Dr.
Christian
Gäbler**
Leiter VCM
Medical
Center

Eigen- verantwortung gefragt!

Als begeisterter Hobbysportler und Marathonläufer weiß ich genau, wie begeistert und motiviert, aber auch wie nervös man vor einem Lauf sein kann. Die Vorfreude und sportliche Einsatzbereitschaft dürfen aber nicht die Basis gefährden, nämlich die eigene körperliche Gesundheit. Hier appelliere ich an die Vernunft und Eigenverantwortung jeder Läuferin und jedes Läufers.

Bei grundlegenden medizinischen Problemen sollte man sich unbedingt

Einen Marathon oder Halbmarathon zu laufen ist eine reizvolle Herausforderung, ein Highlight für Zehntausende Hobbysportler. Am besten, man geht mit Zuversicht, realistischer Selbsteinschätzung und positiven Gedanken in den Lauf. Aber nur wer die Sicherheit hat, belastbar und gesund zu sein, sollte am Start sein. Denn die Gesundheit steht immer im Vordergrund.

Anlaufstelle bei akuten Problemen

Um akute gesundheitliche Probleme unmittelbar vor dem Lauf abklären zu können, wird beim Vienna City Marathon auch heuer wieder das [VCM Medical Center] angeboten. Dabei steht ein engagiertes Team aus Sporttraumatologen, Internisten, Sportmedizinern und –wissenschaftlern und Physiotherapeuten, die alle lauf- und sportinteressiert sind, den VCM-Teilnehmern bei unvorhergesehenen Problemen zur Verfügung.

Am Freitag, 25. April können zusätzlich Blutuntersuchungen durchgeführt werden – ein Ergebnis gibt es innerhalb von zwei Stunden. Um Herzprobleme zu erkennen, stehen EKG und Herzultraschall zur Verfügung.

Neue Leitung für VCM Medical Center

Die Leitung der seit Bestehen von Dr. Dagmar Rabensteiner geführten Einrichtung wird heuer Univ.-Prof. Dr. Christian Gäbler neu übernehmen, da sich die ehemalige Marathon-Rekordhalterin beruflich ins Ausland orientiert. Der 43-jährige Gäbler ist Unfallchirurg und Sporttraumatologe in Wien und selbst ein begeisterter Sportler und Marathonfinisher. Die Funktion des VCM-Rennarztes am Veranstaltungstag bekleidet Dr. Bernhard Richter. Der 37-Jährige Kardiologe ist 18-facher österreichischer Staatsmeister im Mittelstreckenlauf und hat eine Marathonbestzeit von 2:22:19 Stunden.

Sportmediziner untersuchen und beraten lassen, um sicher zu wissen, ob ein Marathon körperlich überhaupt zu schaffen ist. Auch bei Gelenksbeschwerden ist es vernünftig, frühzeitig einen Spezialisten aufzusuchen.

Die meisten Probleme, wie Herz-Kreislaufbeschwerden – Anzeichen für die Gefahr des „plötzlichen Herztodes“ – sind schon während des Trainings erkennbar. Läufer mit Problemen wie Schwindelgefühl, Brustschmerz, Atemnot, Übelkeit, Kreislaufproblemen oder einem plötzlich aufgetretenen fieberhaften Infekt sollten unbedingt noch vor dem Start das VCM Medical Center besuchen. Läufer mit Gelenks- und Muskelbeschwerden sollten ebenfalls unbedingt das Medical Center aufsuchen, um das persönliche Marathonerlebnis nicht zu gefährden.

Ich wünsche allen Teilnehmern noch gute Trainingswochen und einen unvergesslichen Vienna City Marathon, den Sie gesund beenden!

VCM-SERVICE



VCM Medical Center

Die Anlaufstelle für akute gesundheitliche Probleme vor dem Vienna City Marathon.

Ort: Messe Wien, Halle 10, Eingang Südportalstraße, 1020 Wien (auf der VCM Sportmesse „Wien Aktiv“)

Öffnungszeiten: Freitag, 25. April und Samstag, 26. April 2008, jeweils 10 – 18 Uhr

Das Expertenteam im VCM Medical Center

Univ. Prof. Dr. Christian Gäbler (Leiter des VCM Medical Centers, Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie), Dr. Bernhard Richter (Kardiologe), OA Dr. Karin Vonbank (Fachärztin für Innere Medizin), OA Dr. Wolfgang Kreuzbauer (Facharzt für HNO Erkrankungen), OA Dr. Markus Thalmann (Facharzt für Chirurgie, Herzchirurgie und Gefäßchirurgie), Dr. Robert Fritz (Sportmediziner), Mag. Michael Koller (Sportwissenschaftler), Julia Haberzettl (Sportphysiotherapeutin), Michael Zeischka (Sporttherapeut, Masseur).

Weitere Details zum Mitarbeiterteam im VCM Medical Center finden Sie [\[HIER\]](#)



VCM SERVICE

Ihr VCM Hotel und VCM Packages Online!

VIENNA CITY MARATHON 2008 - HOTELS ONLINE

 27. APRIL 08
VIENNA CITY MARATHON

location /district *	all vienna districts ▾		
arrival (TT/MM/JJ)	25 ▾	4 ▾	2008 ▾
nights	3 ▾		
room and type	1 ▾	double room ▾	
rate	<input type="text"/>	EUR ▾	<input type="button" value="▶"/> FIND

Your VCM Hotel online - presented by vienna.nethotels.com



management!

Go healthy and safe to the start!



Foto Credit: VCM

The VCM Medical Center, under new management, offers a unique service!

To run a marathon or a half marathon is an exciting challenge and a highlight for thousands of amateur runners. The best way to approach this challenge is to have confidence, a realistic self-assessment and positive thinking. But a runner should only enter the race when he or she is fit because nothing is more important than health.

Drop-in Center for acute medical problems

The [VCM medical center] will again be available to check acute medical problems before the start to the Vienna City Marathon. A dedicated team of sports trauma surgeons, internal medicine physicians, doctors of sport medicine, sport medicine scientists and physical therapists will be standing-by to offer advice. This unique service will be available on Friday 4/25 and Saturday 4/26 at the Sport Exhibition Center and will offer a last pre-race check up and will help clarify any pressing medical issues runner might have.

Additional blood testing will be performed on Friday 4/25/08 and the result of the test will be available within 2 hours. To detect any cardiac problems ECG machines and cardiac ultrasound equipment will be available.

VCM Medical center under new management

Univ. Prof. Christian Gaebler will take over the management of the VCM Medical Center from Dr. Dagmar Rabensteiner, a former Austrian marathon record holder, who has been managing the VCM Medical Center since its inception. Dr. Rabensteiner will continue her work abroad. Dr. Gaebler, 43, a surgeon specializes in trauma and sports injury and is a sports enthusiast as well as a marathon finisher.

Dr. Bernhard Richter will be the race physician on race day. He is 37-year-old cardiologists who as a middle distance runner won the Austrian state championships 18 times. He has a marathon best time of 2:22:19.

Personal responsibility requested!

As an avid amateur athlete and marathon runner myself I am aware how excited and motivated, but also how nervous one can be before a race. All the anticipation and dedication, though, should not harm one's physical health. I appeal to every runner's common sense to take personal responsibility for his or her health.

A runner with any medical issues should see an experienced physician for sports medicine before running a marathon to determine whether running a marathon is advisable. Even when suffering from joint ailments is it advisable to see a physician early.

Most cardio vascular problems – evident in sudden cardiac arrest – are usually already apparent during practice. Runners who experience dizziness, chest pain, shortness of breath, nausea or a sudden onset of fever should visit the VCM Medical Center before the race. Runners with muscle or joint pain should also visit the VCM Medical Center to avoid jeopardizing their personal marathon experience.

I wish all the marathoners good training, an unforgettable marathon experience and hope every one enjoys fine health.

VCM-SERVICE



VCM Medical Center

Drop-in-Center for medical problems and questions before the Vienna City Marathon.

Location: Messe Wien (Exhibition Center), „VCM Sportmesse Wien-Aktiv“, Hall 10, Entrance Suedportalstrasse, 1020 Wien

Hours: Friday 4/25/08 and Saturday 4/26/08 from 10am –6pm.

Staff of the VCM Medical Center:

Univ. Prof. Dr. Christian Gäbler (VCM director of the Medical Center (sports trauma surgeon), Dr. Bernhard Richter (cardiologist), Dr. Karin Vonbank (internal medicine), OA Dr. Wolfgang Bauer Cross (ENT physician), OA Dr. Markus Thalmann (surgeon for heart and vascular disease), OA Dr. Robert Fritz (sport medicine) Julia Haberzettl (physical therapy), Michael Zeischka (sports therapist, masseur).

Further details about the team in the VCM Medical Center; see [\[HERE\]](#)

VCM SERVICE

Your VCM Hotel and VCM Packages online!

VIENNA CITY MARATHON 2008 - HOTELS ONLINE

 27. APRIL 08
VIENNA CITY
MARATHON

location /district *

arrival (TT/MM/JJ)

nights

room and type

rate

Your VCM Hotel online - presented by vienna.nethotels.com



Sie erhalten den VCM Gesundheits Express aufgrund Ihrer Teilnahme am Vienna City Marathon 2007 oder aufgrund vorangegangener Teilnahmen an dieser Veranstaltung. Wenn Sie diesen regelmäßigen Newsletter nicht mehr erhalten möchten, dann können Sie sich unter unsubscribe@vienna-marathon.com selbstverständlich jederzeit abmelden.

Medieninhaber & Herausgeber:

Vienna City Marathon / Enterprise Sport Promotion GmbH
[\[Impressum\]](#)