



**PRE-INJURY-SCREENING
RE-TEST SCHULTER 10/ 2023**

**MED. ABTEILUNG
BHC 06**

Pre-Injury-Screening

Arbeitshypothese:

Die ungenügend ausgeglichene Kraftratio (und damit verbundener Gelenkkontrolle) zw. Aushol- und Wurfbewegung führt zu:

1. autogene Hemmung der Wurfkraft (=Wurfgeschwindigkeit ↓)

und/ oder

2. vermehrter Kontusionsbelastung der ventralen Strukturen des GHG, sowie dyn-exzentrischer Belastung der dorsalen, stabilisierenden Strukturen.

Auswahlkriterien:

Ratio horizontale IRo/ ARo \geq 3:1

und/ oder

Ratio endgradige Ante-/ Retroversion \geq 3:1

Pre-Injury-Screening

Intervention:

Nach Auswertung und Interpretation der erhobenen Daten wurden die betroffenen Spieler mit einem zusätzlichen Kraftplan versehen.

Ziel:

Verbesserung der Ansteuerung und Kraftfähigkeit der Außenrotatoren der Schulter in horizontaler/ endgradiger Ausgangsstellung.

Es galt zu beachten, dass der zusätzliche Kraftplan vor dem Hallentraining absolviert werden sollte, jedoch ohne die Spieler für dieses bereits lokal zu ermüden.

Durchführungszeitraum:

09-10/2023



Pre-Injury-Screening 07/2023

Re-Test Schulter 10/2023

Kreis	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
	L	R	L	R	L	R	L	R	L	R	L	R
[Redacted]	0,5	0,5	0,41	0,59	1:3,5	1:5	0,49	0,51	0,55	0,45	1:0,3	1:0,2
[Redacted]	0,43	0,57	0,4	0,6	1:2,1	1:2,4	0,44	0,56	0,49	0,51	1:3,4	1:2,9
[Redacted]	0,42	0,58	0,46	0,54	1:4,9	1:4,2	0,49	0,51	0,49	0,51	1:2,6	1:2,6
∅												
Rückraum	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
[Redacted]	0,49	0,51	0,49	0,51	1:1,4	1:1,3	0,46	0,54	0,5	0,5	1:2,8	1:2,4
[Redacted]	0,4	0,6	0,33	0,67	1:1,4	1:1,9	0,39	0,61	0,47	0,53	1:3,7	1:2,7
[Redacted]	0,46	0,54	0,47	0,53	1:3,1	1:2,9	0,37	0,63	0,52	0,48	1:4,4	1:2,4
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,4	0,6	0,4	0,6	1:3,9	1:3,9	0,47	0,53	0,5	0,5	1:2,6	1:2,3
[Redacted]	0,57	0,43	0,43	0,57	1:2,8	1:5	0,36	0,64	0,45	0,55	1:5,1	1:3,4
[Redacted]	0,41	0,59	0,41	0,59	1:1,7	1:1,7	0,5	0,5	0,46	0,54	1:1,9	1:2,2
[Redacted]	0,52	0,48	0,44	0,56	1:2,6	1:3,6	0,57	0,43	0,38	0,62	1:1,3	1:2,9
[Redacted]	0,45	0,55	0,34	0,66	1:1,8	1:2,9	0,46	0,54	0,43	0,57	1:0,7	1:0,8
[Redacted]	0,53	0,47	0,49	0,51	1:3,6	1:4,2	0,44	0,56	0,56	0,44	1:2,6	1:1,6
[Redacted]	0,49	0,51	0,51	0,49	1:2,1	1:2	0,53	0,47	0,56	0,44	1:2,3	1:2
[Redacted]	0,52	0,48	0,54	0,46	1:2,5	1:2,2	0,39	0,61	0,56	0,44	1:4,9	1:2,5
∅												
Außen	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
[Redacted]	0,47	0,53	0,5	0,5	1:2,7	1:2,3	0,47	0,53	0,46	0,54	1:2,1	1:2,2
[Redacted]	0,4	0,6	0,46	0,54	1:4,1	1:3,1	0,43	0,57	0,47	0,53	1:2,1	1:1,7
[Redacted]	0,44	0,56	0,49	0,51	1:3,8	1:3,2	0,42	0,58	0,46	0,54	1:2,6	1:2,2
[Redacted]	0,48	0,52	0,52	0,48	1:3	1:2,6	0,53	0,47	0,52	0,48	1:2,1	1:2,2
[Redacted]	0,53	0,47	0,62	0,38	1:4	1:2,8	0,53	0,47	0,51	0,49	1:2,1	1:2,3

Legende:

Seitenvergleich R / L

≤10%

≥20%

Ratio Ant-/ Agonist

(ipsilateral)

≥1:3

Kreis	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
	L	R	L	R	L	R	L	R	L	R	L	R
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,43	0,57	0,41	0,59	1:2,4	1:2,6	0,41	0,59	0,47	0,53	1:3,1	1:2,4
[Redacted]	0,44	0,56	0,47	0,53	1:2,4	1:2,1	0,47	0,53	0,51	0,49	1:2,1	1:1,9
∅												
Rückraum	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,51	0,49	0,46	0,54	1:1,9	1:2,3	0,5	0,5	0,51	0,49	1:3,3	1:3,1
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,46	0,54	0,48	0,52	1:3,7	1:3,3	0,36	0,64	0,5	0,5	1:3,5	1:1,9
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,47	0,53	0,44	0,56	1:3,1	1:3,4	0,54	0,46	0,52	0,48	1:2,2	1:2,3
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
∅												
Außen	H ARo GHG		H IRo GHG		Ratio		end. F GHG		end. E GHG		Ratio	
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,42	0,58	0,51	0,49	1:3,7	1:2,6	0,52	0,48	0,51	0,49	1:2,2	1:2,3
[Redacted]	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####	####
[Redacted]	0,55	0,45	0,57	0,43	1:2,9	1:2,6	0,53	0,47	0,54	0,46	1:2,1	1:1,9
[Redacted]	0,51	0,49	0,56	0,44	1:2,9	1:2,4	0,52	0,48	0,49	0,51	1:1,9	1:2,1