

PRESSEAUSSENDUNG

Behandlungskonzepte aus dem Spitzensport für alle: Sportorthopädie Zentrum vereint namhafte Orthopäden, Therapeuten und innovative Behandlungsmethoden.

Als ehemaliger Profisportler betreut Dr. Ulrich Lanz, Facharzt für Orthopädie, orthopädische Chirurgie und Sportorthopädie unter anderem das österreichische Daviscup Team und das österreichische Leichtathletik Nationalteam als Team- und Verbandsarzt. Seit 2019 bietet er – gemeinsam mit Orthopäden, Physiotherapeuten und Osteopathen – in seinem Sportorthopädie Zentrum in Wien Hietzing nicht nur klassische Behandlungsmethoden, sondern auch Therapiekonzepte aus dem Spitzensport für jedermann an. Abgerundet wird das Angebot durch Heilmasseure, eine Diätologin, einen Personal Trainer und eine psychologische Beraterin und Mental Coach.

Wien, Januar 2026 – In Wien Hietzing macht das Sportorthopädie Zentrum Behandlungskonzepte aus dem Spitzensport der breiten Öffentlichkeit zugänglich. Ein Team aus Fachärzten mit unterschiedlichen Spezialgebieten, Physiotherapeuten und Osteopathen sorgt dafür, dass Patienten schnell wieder schmerz- und beschwerdefrei sind. Ins Leben gerufen und gegründet hat das Zentrum Dr. Ulrich Lanz, Facharzt für Orthopädie, orthopädische Chirurgie und Sportorthopädie. Er ist selbst ehemaliger Profisportler und heute unter anderem Teamarzt des österreichischen Daviscup Teams, Verbandsarzt des österreichischen Leichtathletik Nationalteams sowie Turnierarzt des Tennisturniers Erste Bank Open ATP 500 in der Wiener Stadthalle. Bei der Planung des Zentrums stand für ihn vor allem ein Aspekt im Vordergrund, wie Lanz erläutert: „Egal ob Sportler oder nicht – man will einfach schnell wieder in den Alltag oder ins Training zurück, und beschwerdefrei sein. Daher war für mich die zentrale Frage: ‚Wenn ich selbst verletzt wäre, was bräuchte ich, um mich bestens versorgt zu wissen und schnell wieder einsatzfähig zu sein?‘ Die Antwort darauf war mir sehr schnell klar, denn nur die Kombination aus optimaler ärztlicher Versorgung, rascher Diagnose, passenden Rehabilitations- und Präventionsmaßnahmen ermöglicht eine wirklich optimale Betreuung.“

Enge Zusammenarbeit ermöglicht beste Behandlungserfolge

Im Sportorthopädie Zentrum sind daher Orthopäden mit unterschiedlichen Spezialgebieten verfügbar. Sie behandeln Probleme von Schulter, Ellbogen, Hand, Wirbelsäule, Hüfte, Knie und Fuß sowie Kinderorthopädie und Kindertraumatologie. Eine Spezialistin für Stoßwellentherapie und Wundmanagement vervollständigt das konservative Behandlungskonzept. Ihr Ziel: Wie im Spitzensport, wo jeder Tag zählt, möglichst schnell zur richtigen Diagnose zu kommen. Um den Behandlungserfolg danach bzw. nach einer Operation sicherzustellen und optimal zu beeinflussen, arbeiten die Fachärzte mit einem erfahrenen Team aus Physiotherapeuten und Osteopathen zusammen und bieten auch Behandlungskonzepte aus dem Spitzensport an, die die Regeneration weiter beschleunigen können. Abgerundet wird das Angebot durch Heilmasseure, eine Diätologin, einen Personal Trainer und eine psychologische Beraterin und Mental Coach.

Neben top-modern ausgestatteten Praxisräumen – sowohl was medizinische Geräte wie Stoßwelle, LASER, Magnetolith oder Sauerstoffzelt betrifft, bis hin zum eigenen Turnsaal – haben Patienten dabei einen entscheidenden Vorteil: Alle Maßnahmen erfolgen unter einem Dach und in enger Abstimmung zwischen Medizinern und Therapeuten. „Patienten können sich bei uns darauf verlassen, dass alle an der Behandlung beteiligten Personen gemeinsam den Behandlungsplan erarbeitet haben, die gesamte Krankengeschichte kennen, sich im Zuge der Behandlung laufend abstimmen und die Maßnahmen gegebenenfalls anpassen,“ erklärt Ines Schrempf, MSc. D.O., Leiterin des Physiotherapie-, Rehabilitation- und Prävention -Teams, das Konzept.



Bewusstsein für Prävention stärken

Die meisten Patienten kommen noch aufgrund von akuten Beschwerden ins Sportorthopädie Zentrum. Da Prävention ein wichtiges Thema ist, will das Team dieser auch Raum geben und mehr ins Bewusstsein der Patienten rücken. Daher bieten die Therapeuten auch Personal Trainings und Vorträge im eigenen Turnsaal an. „Bewegung schützt unseren Körper – vorausgesetzt, wir führen die Übungen richtig und in der passenden Intensität aus.“ erklärt Lanz.

Behandlungsmethoden aus dem Spitzensport für alle

Im Gegensatz zu anderen Zentren bietet das Sportorthopädie Zentrum nicht nur Manuelle Medizin, Stoßwellentherapie, Eigenbluttherapie, Physiotherapie und Osteopathie an. Zum Einsatz kommen auch moderne Behandlungsmethoden aus dem Spitzensport, die bereits vielversprechende Ergebnisse bei der Behandlung von Beschwerden des Bewegungsapparats gezeigt haben – und zwar Shoulder Pacemaker™, Personalisiertes Blood Flow Restriction Training (PBFR), milde hyperbare Sauerstofftherapie (O₂-Therapie) und spezielle LASER- und Magnetolith-Therapie.

Shoulder Pacemaker™

Wer nach Verletzungen oder Operationen einen Abbau der Muskulatur vermeiden bzw. schneller wieder ins Training oder in den Alltag einsteigen will, für den gibt es Shoulder Pacemaker™ Training. Bei dieser Trainingsart werden über Stromimpulse spezifische geschwächte Muskelgruppen während eines Bewegungsablaufs aktiviert. Dieses Training kräftigt diese Muskelgruppen und das Gehirn lernt diese Muskelgruppen wieder korrekt in den Bewegungsablauf zu integrieren – es wird sozusagen neu programmiert. Verwendet wird der Shoulder Pacemaker™ mit Hilfe einer App. Nach Einschulung durch einen Physiotherapeuten können Patienten das Gerät unter Anleitung selbst bedienen. „Neben Sportlern ist diese Art des Trainings vor allem auch für Patienten nach Verletzungen und Operationen geeignet. Denn am Ende des Tages ist so ein effektives Training möglich, der Muskelschwund wird verringert und zwar auch dann, wenn volle Belastung nicht erlaubt ist,“ erläutert Lanz.

Personalisiertes Blood Flow Restriction Training (PBFR)

Das im Sportorthopädie Zentrum eingesetzte personalisierte Blood Flow Restriction Training (PBFR) ist eine Trainingsmethode, bei der die Blutzufuhr zu Armen oder Beinen während der Übung gezielt und kontrolliert reduziert wird. Dadurch kann bereits mit sehr geringen Gewichten ein effektiver Muskelaufbau erzielt werden, was besonders nach Verletzungen oder Operationen von Vorteil ist. Der große Nutzen liegt darin, dass Muskeln aufgebaut und Kraft erhalten werden können, ohne dabei Gelenke, Sehnen oder frisch operiertes Gewebe zu überlasten. So wird dem Muskelschwund in der Rehabilitationsphase entgegengewirkt und der Wiedereinstieg in Alltag, Beruf und Sport deutlich beschleunigt. Im Gegensatz zu herkömmlichem Blood Flow Restriction Training wird beim PBFR der Druck individuell mittels Sensoren an die jeweilige Person angepasst, wodurch das Training sicherer und gezielter ist. Die reduzierte Sauerstoffversorgung im Muskel sorgt trotz niedriger Belastung für einen starken Trainingsreiz und fördert die Ausschüttung von Wachstumshormonen, die den Muskelaufbau unterstützen. Die Methode wird mittlerweile auch im Spitzensport, unter anderem im internationalen Tennis, eingesetzt, insbesondere zur Regeneration und für Training unter geringer Belastung. PBFR wird typischerweise ein- bis dreimal pro Woche unter fachlicher Anleitung durchgeführt, ist nicht schmerzhaft, sondern eher als forderndes Trainingsempfinden beschrieben und eignet sich für zahlreiche Anwendungen, etwa nach Operationen, bei Sehnen- und Bandverletzungen, Arthrose oder auch zur Vorbereitung auf einen Eingriff.



Milde hyperbare Sauerstofftherapie zur Regeneration (O₂-Therapie)

Bei der milden hyperbaren Sauerstofftherapie sitzt der Patient in einem Druckzelt mit einem Überdruck von 0,3 Bar und wird über eine Atemmaske mit reinem Sauerstoff versorgt. Das erhöhte Sauerstoffangebot in Kombination mit einem leicht erhöhten Außendruck verbessert rapide den Sauerstoffgehalt im Blut, im Blutplasma und im Gewebe. Schlecht durchblutetes Gewebe und Körperteile können dadurch besser mit Sauerstoff versorgt werden. So wird die Wundheilung angeregt, Schwellungen und Entzündungen reduziert, die Bildung von Kollagen und neuer Blutgefäße gefördert und, neuen Studien zufolge, kommt es auch zu einer vermehrten Aktivierung von Stammzellen.

Eingesetzt wird die Therapie einerseits im Spitzensport zur schnelleren Regeneration, aber auch nach Sportverletzungen und operativen Eingriffen. Bei Wundheilungsstörungen, bei Knochenmarksödemen und Stressfrakturen, akutem Tinnitus und Migräne (auch zur Vorbeugung) sowie Long Covid kann diese Therapieform ebenfalls helfen.

Die Frischluft aus der Druckkammer wird auch immer mehr als Anti-Aging-Prophylaxe eingesetzt: Die Bildung von Kollagen, neuer Blutgefäße und Stammzellen wirkt der Zellalterung entgegen.

LASERtherapie

Das im Sportorthopädie Zentrum verwendete K-Laser Gerät arbeitet als weltweit erster medizinischer und therapeutischer Laser mit mehreren Wellenlängen gleichzeitig. Mit seinen individuellen Anpassungsmöglichkeiten auf Körperregion, Schmerzqualität (akut/chronisch), Hauttyp und den betroffenen Gewebetypus ist er vielfältig bei Verletzungen, nach Operationen oder zur Regeneration einsetzbar. Durch die speziellen Lichtwellenlängen und deren Taktung wird die verfügbare Energie in der gewünschten Gewebstiefe erhöht und die Zellen werden aktiviert. Der Zellstoffwechsel wird angekurbelt, Giftstoffe schneller abtransportiert und Schmerzen gelindert.

Der Einsatzbereich der LASERtherapie liegt in der Schmerztherapie, bei Ödemen, bei Wundheilungsstörungen und Verbrennungen, bei Frakturen, Band- und Sehnenverletzungen und Bandscheibenvorfällen.

Magnetolith-Therapie

Bei der extrakorporalen Magnetotransduktions-Therapie (EMTT), auch Magnetolith Therapie genannt, handelt es sich um ein nicht-invasives Verfahren, das neue konservative Ansätze in der Rehabilitation und Regeneration bei Beschwerden des Bewegungsapparates sowie bei Sportverletzungen einsetzt. Die Magnetolith-Therapie kann durch pulsierende elektromagnetische Impulse biologische Effekte auf Zellebene aktivieren und somit die Heilung mit stoffwechsel- und durchblutungsfördernden Effekten unterstützen. Die Behandlung mit Magnetolith ist eine valide, Evidenz basierte Therapieergänzung bei Arthrose, chronischen Schmerzen, zum Beispiel Verspannungen, Bandscheibenvorfall und Rückenschmerzen, Sportverletzungen und Überlastungssyndromen, Knochenmarksödem Syndrom, Sehnencheidenentzündungen. Darüber hinaus beschleunigt die Regeneration nach einer Operation.

Weitere Informationen finden Sie unter www.sportortho-zentrum.at

Pressekontakt für Rückfragen

Sportorthopädie Zentrum

Dott.ssa Olivia Piccoli

Tel: +43 676 9235664

Mail: office@sportortho-zentrum.at