

Keine Schmerzmittel vor dem Sport!

Was tun, wenn Sport zu Schmerzen führt? Die Deutsche Schmerzgesellschaft fasst die aktuelle Datenlage zusammen und erläutert, was hilft - und was nicht.

MANNHEIM. Führen sportliche Aktivitäten zu Schmerzen, die über den üblichen Muskelkater hinausgehen, können Schmerzmittel eine wirksame Option sein. Für Dehnübungen als Schmerzprävention gibt es hingegen keine Evidenz, ganz die Finger lassen sollte man von Schmerzmitteln vor dem Sport.



Ein Service von
"Galeria Vital Infocenter"

[Zum Artikel](#) [1]

Quelle: Ärzte Zeitung online,
11.10.2019

Forum "Gesundes Wittmund"

Galeria Vital® Gesundheits- und Marketingredaktion

Quellen-URL: <http://www.gesundes-wittmund.de/aktuelles/keine-schmerzmittel-vor-dem-sport>

Verweise:

[1] <https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/schmerz/article/998028/schmerzexperten-kein-e-schmerzmittel-sport.html>