Forderungen der Tanzmedizin
Dance medical demands

Judith-Elisa Kaufmann & Anita Kiselka, MSc

Professioneller Tanz ist Hochleistungssport, in dem sich Tänzer[2] einer weit höheren Anzahl an Arbeitsstunden bei geringerer medizinischer Versorgung und extrem hoher Verletzungsgefahr[3] unterwerfen als viele andere Athleten[4]. In der Tanzwelt wird der Ruf nach der Tanzmedizin immer lauter, jedoch wird dieser von den entscheidungstragenden Instanzen scheinbar nicht gehört. Ein gesellschaftliches und politisches Umdenken ist notwendig geworden. Dafür müssen Tanzmedizin und Tanzpädagogik als professionelle Ressorts in Wissenschafts- und Bildungsministerien politisch anerkannt und verankert werden. Um Tänzern ein gesund(erhaltend)es Arbeitsumfeld gewährleisten zu können, fordert die Tanzmedizin folgende Maßnahmen in *Prävention, Diagnostik und Rehabilitation,* um endlich auch Österreich auf einen international anerkannten Standard zu heben[5,6].

Ein pädagogisch-medizinisch fundiertes ***Studium für Tanzpädagogen und Trainer***, die derzeit noch keinerlei Ausbildungspflicht haben, muss gesetzlich verpflichtend werden, um das ***Erkennen und Respektieren individueller physischer und psychischer Bedürfnisse der Tänzer*** und die Umsetzung trainingswissenschaftlicher Grundlagen zu gewährleisten. Verpflichtendes Warm-up/Cool-down, adäquate Böden und Räumlichkeiten, Periodisierung, korrekte Trainingsplanung, Ernährungs-/Trinkverhalten ohne Hungern, Umgang mit Limitierung von physischen Möglichkeiten etc., Screening-Programme zur Gesundheitssicherung, tanzmedizinisch fundierte Eignungsverfahren und andere Grundlagen müssen in Tanzinstitutionen Standard sein. Die Anforderungen, die an Tänzer gestellt werden, steigen beständig, in Folge dürfen die Trainingskonzepte nicht unverändert bleiben!

Respekt von Seiten der Institutionen und Trainer für den Tänzer, der seinen Körper als athletisches Instrument sehr jung der künstlerischen Arbeit zur Verfügung stellt, ist genauso notwendig wie Respekt vor dem Beruf des Tanzpädagogen und Trainers durch politisches Umdenken. Die meist fehlende Ausbildung führt zu mangelndem Ansehen des Pädagogen, der somit auch kein hohes Selbstwertgefühl[7] genießen kann. Die Kombination aus diesen Missständen prägt die Atmosphäre eines veralteten Ausbildungsklimas[8].

body, art & expression Akademie für
btp+ Tanzpädagogik & TanzMedizin
www.bodyartandexpression.com
seit 2005 | Leitung: *Judith-Elisa Kaufmann*
auf den **Grundlagen der** internationalen **Tanzmedizin**
international in Marke und Inhalt **geschützte Fachausbildung**
Diplomstudium der Ballett- bzw. **Tanzpädagogik & Tanzmedizin** in Praxis und Theorie
Diplom im tanzpädagogischen Hauptfach (vom Studenten gewählter Tanzstil) in Praxis und Theorie
Qualitätssicherung: **maximal 6 StudentInnen pro Ausbildungsjahrgang garantieren diplomierte Fachkräfte**
internationale **DozentInnen** aus **Medizin, Choreographie, (Tanz-)Pädagogik, Tanz-, Musik-, Rechtswissenschaften**

Tanzmedizinisches Grundwissen auch für Tänzer und der Zugang zu entsprechend spezialisierten Gesundheitsberufen, sowie unterstützende Maßnahmen, wie dem gezielten Ausgleich körperlicher Defizite durch Zusatztraining, müssen Tänzern offen stehen.

(Tanz-)medizinische Betreuung für Tänzer und Trainer in Tanzinstitutionen und eine Überwachung der Verletzungsraten von Tänzern müssen zur politischen Verpflichtung werden. Vom Umgang mit Schmerz und Verletzung sowie der zukünftigen absoluten Vermeidung der Ursachen, die zu einer chronischen Verletzung geführt haben, ist die erfolgreiche Behandlung abhängig. Dürfen Tänzer individuelle Grenzen und Schmerz nicht respektieren, darf es nicht verwundern, dass die Verletzungsrate von Tänzern so erschreckend hoch und die Eigenverantwortlichkeit dagegen gering ist. Androhungen von Kündigungen der Arbeits- oder Ausbildungsstelle aufgrund von Krank-heit sollten strafbar gemacht werden. ***Erste Hilfe durch Trainer*** ist nur durch ihre verpflichtende Ausbildung gewährleistet, und gerade sie würde viele Fehler, die in der Erstversorgung oder dem Ignorieren der Notwendigkeit einer Versorgung überhaupt gemacht werden, verhindern können.

Die ***Anerkennung der Tanzmedizin sowie des Tanzes als Leistungssport*** würde im Verletzungsfall rasche Diagnosemöglichkeiten durch sofort zur Verfügung stehende Termine für bildgebende Verfahren und der Zusammenarbeit mit Versicherungen gewährleisten - etwas, das in vielen Sportarten eine Selbstverständlichkeit ist, wird im Tanz jedoch von politischer Seite noch nicht einmal diskutiert. Es braucht ***finanzielle, strukturelle und personelle Ressourcen,*** Nachhaltigkeit sowie interprofessionelle Zusammenarbeit. Aus- und Fortbildung von Gesundheitsberufen, Versicherungen und Tanzschaffenden sind dafür notwendig. Sieht man ab vom Menschenrecht der Tänzer auf ein Arbeitsumfeld, das nicht krank macht, auf Regeneration, gerechte Arbeitsverträge, Bezahlung und Versicherung, müssen von öffentlicher und institutioneller Seite vor allem die ***Langzeitfolgen bei schlechter Gesundheit von Tänzern*** und die dadurch entstehenden ***finanziellen Verluste für Kommunen und Kultur*** einkalkuliert werden. Tanzmedizinische Versorgung bereits in der Prävention durch Ausbildung, Behandlung und Vernetzung rechnet sich vor allem langfristig: eine ***Reduktion der versteckten Kosten*** (Ersatzproben/-kostüme, Krankenstände, Rehabilitation) ermöglicht langfristig eine ***Finanzierbarkeit von gesundheitsfördernden Maßnahmen*** für Tänzer sowie eine Steigerung der künstlerischen Leistungsfähigkeit.

Um dies zu erreichen, werden Tanzinstitutionen finanzielle und politische Unterstützung von jenen benötigen, die die Ergebnisse hoch-qualitativer

Tanzaufführungen genießen: der Öffentlichkeit. Jeder einzelne Besucher könnte und würde zu einer besseren gesundheitlichen Versorgung von Tänzern beitragen, wenn die Betreffenden über die Thematik informiert wären und auch ein gesellschaftliches Umdenken stattfinden könnte. Weitere Details sowie Aus- und Fortbildung zum Thema finden Sie in der Akademie für Tanzpädagogik und Tanzmedizin Österreichs.

tamed® e. V., Organisation für Tanzmedizin, setzt sich genau für diese Belange von Tanzenden ein. Der Aufbau einer flächendeckenden Versorgung von Tanzenden durch ein Ärzte- und Therapeutenverzeichnis, Fortbildungsprogramme und ein Certificate of Advanced Studies in Dance Science: Health & Performance, wird neben regelmäßigen tanzmedizinischen Beratungen unter dem Label "tamed® berät" bereits intensiv vorangetrieben. Über die Arbeit von tamed kann man sich unter ***www.tamed.eu*** informieren.

Professional dance is high performance sport. Dancers work a higher number of hours with less medical care and extremely high risk of injury than many other athletes. Out of this reason, the call for dance medical care is getting louder, but is apparently not part of the decision-making instances yet. A social and political change in thinking has become necessary. Dance medicine and education must be recognized and politically anchored as professional departments in science and education ministries. In order to enhance Austria's dance medical standards up to internationally recognized standards, healthy dancers need a health-preserving work environment. Therefore, dance medicine demands for the following measures in prevention, diagnosis and rehabilitation:

There is still no legally binding requirement for dance instructors and coaches to perform an educational-medical in-depth study. This would be necessary to guarantee a recognition of and respect for every dancer's individual physical and psychological needs, as well as the implementation of scientific training principles. Compulsory warm-up/cool-down, adequate floors and healthy and safe surroundings, periodization and proper training plans, nutritional/drinking habits to prevent eating disorders, dealing with limitations of physical capabilities, screening programs to secure health and enhance training, dance-medical based tests on aptitude etc. must become standard in dance institutions. The demands that are placed on dancers are rising constantly. As a result, training concepts should not remain unchanged!

Respect from institutions and trainers for young dancers who provide their body as athletic instrument for artistic work already in a very young age is as necessary as respect for the profession of dance teachers and trainers. This needs political changes. The lack of dance teachers' education often leads to a lack of prestige for educators, who therefore can't enjoy high self-esteem. The combination of these grievances characterizes the atmosphere of an outdated education climate. Dance medical knowledge for dancers and access to appropriate specialized health care professions, as well as supportive measures, such as specific compensation of physical deficits through additional training must be open to dancers.

(Dance) medical care for dancers and dance trainers in institutions, as well as monitorizing injury rates of dancers must be a political commitment. Successful treatment depends on dealing with pain and injury as well as subsequent avoidance of causes which have led to chronic injuries. **If dancers are not allowed to respect individual boundaries and pain, it will not be surprising that the injury rate of dancers is alarmingly high and the personal responsibility, however, is low.** *Threats of dismissals because of injury and the need of sick leaves should be made indictable. Furthermore, first aid through trainers is only and foremost guaranteed by their compulsory education and knowledge, and would avoid a lot of mistakes which happen in primary care.*

Recognition of dance medicine and dance as a competitive sport would provide options for rapid injury diagnostic through immediately available appointments for imaging techniques and cooperation with insurance companies - something that is taken for granted in many sports, but is not even discussed politically in dance. There is prompt need for financial, structural and human resources, sustainability and interprofessional collaboration. Education and training of health professionals, insurance companies and dance artists are necessary. One must not disregard the human right of dancers to work in an environment that does not make sick, their right on regeneration, fair contracts, payment and insurance. Public and institutional policymakers have to take into account the long-term consequences resulting from poor health of dancers and the ensuing financial losses for communities and culture. Dance medical assistance, already in prevention, through education, treatment and networking pays off especially in the long term: a reduction in hidden costs (e.g. compensatory rehearsals and costumes, sick leave, rehabilitation) enables long-term financial sustainability of health-promoting measures for dancers and an increase in artistic performance.

To achieve this, dance institutions will need financial and political assistance from those who enjoy the results of high quality performance: the public. Each individual attending dance performances could and would contribute to better care of dancers, if they were informed of the very need of all the stated above.
For more details, refer to the Academy for Dance Education and Dance Medicine in Austria, Body, Art & Expression.

tamed® e. V., Organisation for Dance Medicine, is further committed precisely for these concerns. The establishment of a nationwide coverage of a directory of dance medical specialized doctors and therapists, educational training programs and a Certificate of Advanced Studies in Dance Science: Health & Performance, is intensively pursued, in addition to regular dance medical consultations available under the label "tamed® berät". Learn more about the work of tamed® here: **www.tamed.eu.**

[1] Der Artikel ist zum Großteil ein Auszug aus dem 2015 erscheinenden Buch "Tanzpädagogik & Tanzmedizin – Die Symbiose der Zukunft"

[2] Zur leichteren Lesbarkeit wird die männliche Form für beide Geschlechter gewählt.

[3] Ekegren C.L, Quested R. and A. Brodrick. *Injuries in pre-professional ballet dancers: Incidence, characteristics and consequences.* J Sci Med in Sports / Sports Medicine Australia. 17(3). 271-5. 2014.

[4] Twitchet, E., Angioi, M., Metsios, G., *Body composition and ballet injuries: A preliminary study.* Med Probl perform art. 23(3). 93-98. 2008.

[5] https://www.nvdmg.org/links/contacten-nationaal.html Nederlandse Vereniging voor Dans- en Muziek Geneeskunde Niederländische Vereinigung für Tanz- und Musikmedizin

[6] http://www.performancemedphysio.com.au/ Performance Medicine Melbourne

[7] Robson, BE., Book, A. and MV. Wilmerding. *Psychological stresses experienced by dance teachers. How can I be a role model when I never had one?* Med Probl Perform Art. 17(4). 173-177. 2002.

[8] Lee, SA. *The artist as a teacher. A psychological perspective.* Med Probl Perform Art. 12 (2). 38-41. 1997.