

# Hautgesundheit & Mattenhygiene im Ringkampfsport

**Sauber. Sicher. Stark.**



Eine gemeinsame Initiative des  
Deutschen Ringer-Bundes und der foeldeak GmbH



## Liebe Ringsportbegeisterte,

Der Ringkampfsport stellt durch intensiven Hautkontakt, hohe Trainingsfrequenzen und gemeinsam genutzte Trainingsflächen besondere Anforderungen an die Gesundheitsprävention. Hauterkrankungen – insbesondere pilzbedingte Infektionen wie der sogenannte Ringerpilz – haben in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen und führen regelmäßig zu Erkrankungen der Athlet:innen und dadurch bedingte Trainings- und Wettkampfausfälle.

Der Deutsche Ringer-Bund (DRB) und die foeldeak GmbH sehen es als gemeinsame Verantwortung, Vereine, Trainer:innen und Athlet:innen für dieses Thema zu sensibilisieren. Ziel dieses Leitfadens ist es, praxisnahe **Empfehlungen zur Prävention und Bekämpfung von Hauterkrankungen** zu geben, die sowohl den Menschen als auch das Sportmaterial berücksichtigen.

Dieser Leitfaden basiert unter anderem auf den medizinischen Empfehlungen des Deutschen Ringer-Bundes sowie des Weltverbandes United World Wrestling (UWW) und ersetzt keine ärztliche Beratung im Falle einer Erkrankung. Medizinische Entscheidungen, Diagnosen und Behandlungen müssen stets in Abstimmung mit dem behandelnden Arzt oder der behandelnden Ärztin erfolgen.



**Dr. Dirk Eßbach**

Vorsitzender der  
DRB-Ärztekommission



**Michel Frauen**

Geschäftsführer der  
foeldeak GmbH

## Die unterschätzte Gefahr

Hautinfektionen zählen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen im Ringkampfsport. Internationale Studien zeigen, dass sie mehr Trainings- und Wettkampfausfälle verursachen als jede andere medizinische Beeinträchtigung. Ursache sind vor allem intensiver Hautkontakt, starkes Schwitzen sowie die Nutzung gemeinsamer Trainingsflächen und Ausrüstung.

## Häufige Hauterkrankungen im Ringen

Im Ringkampfsport treten vor allem drei Gruppen von Hauterkrankungen auf:

**Pilzinfektionen** (z. B. Ringerpilz verursacht durch den Erreger *Trichophyton tonsurans*), die sich durch ringförmige, gerötete und schuppige Hautveränderungen äußern und sich sehr schnell ausbreiten können.

**Bakterielle Infektionen**, häufig verursacht durch Staphylokokken oder Streptokokken, die sich als entzündete oder eitrige Hautstellen zeigen.

**Virale Infektionen** wie Herpes gladiatorum oder Molluscum contagiosum, die leicht durch direkten Hautkontakt übertragen werden.

Diese Erkrankungen sind in der Regel gut behandelbar, erfordern jedoch eine frühzeitige Erkennung und konsequente Hygienemaßnahmen.

Für eine erfolgreiche Prävention und Bekämpfung zuvor genannter Gesundheitsrisiken sind folgende zwei Themenbereiche von essentieller Bedeutung:

### 1. Hygiene der Athlet:innen und Trainer:innen

### 2. Hygiene der Trainingsflächen und Ausrüstung

## 1. Hygiene der Athlet:innen und Trainer:innen

Eine konsequente persönliche Hygiene ist die wirksamste Maßnahme zur Vorbeugung von Hauterkrankungen im Ringkampfsport.

- ✓ Sofortiges Duschen nach jedem Training oder Wettkampf



- ✓ Gründliche Reinigung, besonders der nicht-kleidungsbedeckten Hautbereiche (Gesicht, Hals, Arme, Rumpf und Beine)



- ✓ Verwendung ausschließlich persönlicher Handtücher, Kleidung und Hygieneartikel



- ✓ Täglicher Wechsel und Reinigung von Trainingskleidung und Handtüchern



- ✓ Regelmäßige Selbstkontrolle der Haut auf auffällige Veränderungen. Bei Verdacht sollte umgehend ärztlicher Rat eingeholt werden. Bei einer verdächtigen Hautstelle besteht bis zur Abklärung durch eine Ärztin oder ein Arzt Mattenverbot.



### Allgemein gilt:

Saubere, trockene und gepflegte Haut ist widerstandsfähiger gegenüber kleinen Hautverletzungen, die als Eintrittspforte für Krankheitserreger dienen können.

Diese Präventionsmaßnahmen dienen dazu, sowohl die Gesundheit der einzelnen Athlet:innen zu schützen als auch die Weiterverbreitung von Hauterkrankungen zu verhindern.

**Dieser Leitfaden ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung. Entscheidungen über Trainings- oder Wettkampffähigkeit müssen stets in Abstimmung mit einer Ärztin oder mit einem Arzt erfolgen.**



## 2. Hygiene der Trainingsflächen und Ausrüstung

Neben der persönlichen Hygiene der Athlet:innen ist die sachgerechte Pflege von Ringermatten und Trainingsequipment ein zentraler Baustein der Infektionsprävention im Ringkampfsport. Durch Schwitzen und intensiven Kontakt mit gemeinsam genutzten Trainingsgeräten und Sportmatten können Krankheitserreger über das Material untereinander weitergegeben werden, selbst wenn persönliche Hygienemaßnahmen eingehalten werden.



### **Eine wirksame Mattenhygiene zeichnet sich aus durch:**

- Festlegung eines Hygienebeauftragten im Verein
- Eine an die Nutzungshäufigkeit angepasste Reinigung und Desinfektion der Trainingsflächen
- Verwendung eines materialverträglichen Desinfektionsmittels, das gleichzeitig kein gesundheitliches Gefährdungspotenzial für Menschen aufweist
- Bei Krankheitsfällen sowie bei erhöhter Nutzung (z. B. häufigeres Training oder Turniere) sind die Reinigungsmaßnahmen entsprechend zu intensivieren

Eine konsequente, an die tatsächlichen Nutzungsbedingungen orientierte Mattenpflege trägt wesentlich dazu bei, das **Infektionsrisiko zu reduzieren und Trainings- sowie Wettkampfausfälle zu vermeiden.**

## Dreistufige Reinigungsempfehlung

Um sowohl den Trainingsalltag als auch besondere Belastungssituationen hygienisch sicher abzudecken, hat foeldeak gemeinsam mit dem DRB ein dreistufiges Reinigungs- und Hygienekonzept ausgearbeitet.

Diese drei Stufen sind:

1. **Trockenreinigung**
2. **Grundreinigung**
3. **Desinfektion**



Für eine erfolgreiche Umsetzung dieses Reinigungskonzeptes hat foeldeak ein **Ready-to-Use-Sportmattenhygiene Starterset** zusammengestellt. Mit diesem Starterset sind Sie für alle drei Reinigungsstufen bestens ausgestattet und haben sofort alles zur Hand, was Sie brauchen:

- einen SprayPro-Wischer mit wechselbarem Klettpad
- drei unterschiedliche Wischtücher (StaubMopps, ReadyMops und DesiMops),  
"Made in Germany",  
die Sie mit einfachen Handgriffen – je nach Reinigungsstufe – austauschen können
- einen bequemen FlexiCart Reinigungs- & Multifunktionswagen,  
damit Sie alles griffbereit haben und ordentlich verstauen können

### Grundprinzip:

👉 **Jeder Trainingstag endet mit einer gereinigten Matte!**

## Stufe 1 – Trockenreinigung der Matte

Kehren Sie die Matte mit einem **StaubMopp** trocken ab.

Was

Staubmopps sind **Ready-to-Use-Einmalmopps** aus dickem, 60 g/m<sup>2</sup> gerilltem Vliestuch mit **elektrostatischer Wirkung**.



Warum

Mit dem Staubmopp können Sie Ihre Mattendecke schnell und effizient von losem Schmutz, Haaren, Staub und Partikeln befreien. Das hat mehrere Vorteile:

- ✓ Als **Vorbereitung für die folgende Nassreinigung**: Es befinden sich keine Schmutzpartikel mehr auf der Mattendecke, die bei der anschließenden Feuchtreinigung verschmiert werden und sich dort festsetzen könnten.
- ✓ Es wird **kein Schmutz oder Staub aufgewirbelt**. Dank der elektrostatischen Wirkung werden Staub, Haare und feine Partikel wie von einem Magneten vom Tuch angezogen und durch die 3D-Reliefstruktur des Tuches sicher gebunden.
- ✓ Der **Klettverschluss** von Mattendecken mit Klettverbindung setzt sich nicht zu und **behält so seine Haftwirkung**.

Wie

- Entnehmen Sie einen StaubMopp aus der Spenderbox
- Setzen Sie es auf den Halter
- Kehren Sie die Mattenfläche ab
- Entsorgen Sie den Staubmopp bequem in den Restmüll



Wann

Ein StaubMopp hat eine hohe Reichweite (**bis zu 100 m<sup>2</sup>** je Mopp – je nach Verschmutzungsgrad).

Wir empfehlen die Trockenreinigung mit einem StaubMopp am **Ende eines jeden Trainingstages**.

## Stufe 2 – Feuchte Grundreinigung der Matte

Nach der Trockenreinigung empfehlen wir die Grundreinigung mit **ReadyMops**.



### Was

ReadyMops sind **vorgetränkte Wischmopps**, bestehend aus drei Schichten:

1. Einer schmutzbindenden Microfaser-Schicht zur Reinigung
2. Einer mit Reinigungsflüssigkeit getränkten Zellstoff-Schicht
3. Einer Schutz-Schicht gegen die Kontamination des Mopp-Halters mit Schmutzwasser

### Warum

- ✓ **Sofort einsetzbar, keine Aufbereitung** notwendig
- ✓ **Keine Dosierfehler** möglich
- ✓ **Extrem gründliche Reinigung** dank innovativer Mizellen-Technologie und Hochleistungstensiden
- ✓ **Maximale Sicherheit.** Lösung biologisch abbaubar; **kein Gefahrstoff**
- ✓ Hohe Reichweite mit **bis zu 100 m<sup>2</sup> pro Mopp (bei Verwendung des SprayPro Wischers)**
- ✓ Sehr gute **Materialverträglichkeit**
- ✓ Hygienische **Entsorgung** nach dem Einmalgebrauch, **kein Waschen und Auswringen** eines Mopps notwendig

### Wie

- Entnehmen Sie einen ReadyMop aus der Box
- Setzen Sie ihn auf den Halter des SprayPro-Wischers
- Wischen Sie die Mattenfläche ab. Bei größeren Flächen können Sie bei Bedarf einen Sprühstoß Wasser über den Flüssigkeitstank im Stiel des SprayPro Wischers abgeben, um die Reichweite des ReadyMops zu erhöhen
- Entsorgen Sie den ReadyMop in den Restmüll



### Wann

Wir empfehlen die Feuchtreinigung mit einem ReadyMop am **Ende eines jeden Trainingstages**.

## Stufe 3 – Desinfektion der Matte

Für eine Intensivreinigung mit stark desinfizierender Wirkung empfehlen wir **DesiMops**.



**Was** **DesiMops sind gebrauchsfertige Einmal-Wischmopps**, welche die Reinigung und **hochwirksame Desinfektion** von Sportmattenflächen in einem Arbeitsschritt ermöglichen. Die Wirkstoffbasis ist geruchsarme Peressigsäure (99,8% biologisch abbaubar).

- Warum**
- ✓ Umfassend wirksam: **sporizid, viruzid, bakterizid und vor allem fungizid** unter hoher Belastung
  - ✓ **Sofort einsetzbar, keine Aufbereitung** notwendig
  - ✓ Sehr gute **Materialverträglichkeit**
  - ✓ **Maximale Sicherheit:** Lösung biologisch abbaubar; **kein Gefahrstoff**
  - ✓ Hohe Reichweite mit **bis zu 35 m² pro Mopp**
  - ✓ **VAH zugelassen, EN-Normgeprüft & KRINKO-konform**
  - ✓ **Keine Keim-Verschleppung und kein Auswringen eines Wischmopps** durch hygienische Entsorgung der benutzten Mopps



**Wir empfehlen DesiMops zur Prävention und Bekämpfung von Infektionserregern, insbesondere bei Hautinfektionskrankheiten wie Ringerpilz.**

- Wie**
- Entnehmen Sie einen DesiMop aus der Spenderbox
  - Setzen Sie ihn auf den Halter des SprayPro-Wischers
  - Wischen Sie die Matte in S-förmigen Bewegungen, sodass die Matte gleichmäßig benetzt wird und beachten Sie eine Einwirkzeit von 15 Minuten
  - Entsorgen Sie den DesiMop in den Restmüll
- Wann**
- **Im regulären Trainingsbetrieb** (vorbeugend): **mind. 1 x pro Woche** (ersetzt die Grundreinigung mit ReadyMops an diesem Tag)
  - **Bei bekanntem Infektionsfall** (reaktionär): **nach jedem Training**

Bei Turnieren, erhöhtem Trainingsbetrieb und Lehrgängen sollte die Häufigkeit der Desinfektion entsprechend angepasst werden.

## Gemeinsam gesund auf der Matte

Gerne unterstützen wir Sie bei der Umsetzung der empfohlenen Mattenhygiene.

### Bestellen Sie jetzt die 2-Komponenten Komplettlösung aus einer Hand:



#### Komponente 1: Das Starterset

- 1 FlexiCart Reinigungs- & Multifunktionswagen
- 1 SprayPro Wischstange  
(geeignet für StaubMopp / ReadyMop / DesiMop)
- 1 Spenderbox StaubMopps à 25 Stk.
- 1 Spenderbox ReadyMops à 12 Stk.
- 1 Spenderbox DesiMops à 12 Stk.

#### Komponente 2: Abo-Modell für die Verbrauchsmaterialien

Maßgeschneidert auf Ihre Bedürfnisse (jederzeit kündbar).

Erhalten Sie Quartalsweise die Verbrauchsmaterialien an Ihre Wunschadresse geliefert.

#### Jetzt anfragen!

Teilen Sie uns zur Berechnung Ihres Bedarfes die Größe der zu reinigenden Mattenfläche (m<sup>2</sup>) sowie die Nutzungshäufigkeit (Tage pro Monat) mit.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website oder kontaktieren Sie uns direkt. Wir beraten Sie gerne persönlich!

 [angebot@foeldeak.com](mailto:angebot@foeldeak.com)

 Tel.: +49 (81871) 38524-0

