



Gernot Felmet (l.), Ärztlicher Leiter der ARTICO-Sportklinik Villingen-Schwenningen, und Paul Hefner (r.), Ärztlicher Leiter des Gelenkzentrums Mittelbaden, freuten sich über die prominenten Referenten Boris Henry und Christina Obergföll. *Offenburger Tageblatt* 24. Sept. 2012

Obergföll begeistert beim Gelenksymposium

Orthopäden und Physiotherapeuten trafen sich zum Austausch in Durbach

Mit einem brillanten Vortrag krönte Christina Obergföll, Speerwurf-Silbermedaillengewinnerin bei den Olympischen Spielen in London, das 8. Internationale Gelenksymposium, das am Wochenende in Durbach stattfand.

Durbach. Der 2005 von Gernot Felmet, dem Ärztlichen Leiter der ARTICO-Sportklinik Villingen-Schwenningen, ins Leben gerufene wissenschaftliche Austausch ist mittlerweile fest im Spitzensport etabliert. Durch die Zusammenarbeit mit Paul Hefner vom Gelenkzentrum Mittelbaden fand das Symposium dieses Jahr in Durbach statt.

Beeindruckt zeigten sich die Mediziner vom Vortrag Christina Obergfölls, die dezidiert darlegte, wie sie trainiert, um einerseits Leistungen in der Weltspitze zu erbringen, andererseits aber Verletzungen so gut es geht vorzubeugen. Vor allem ein gleichmäßiger Muskelaufbau ohne Dysbalancen habe ihr geholfen, bislang

schwere Verletzungen zu vermeiden. So trainiert die Weltklasseathletin unter anderem regelmäßig am Barren, um den Schultergürtel zu optimieren. Ihr ausgefeiltes Programm wird mittlerweile von anderen Athleten übernommen.

Dieser Wissensaustausch sei allerdings in der Leichtathletik nicht übermäßig weit verbreitet, stellte Speerwurf-Nationaltrainer (Männer) Boris Henry fest. Henry, früher selbst Weltklasse-Athlet, bemängelt eine gewisse Geheimniskrämerei. Zur Verwunderung der Orthopäden und Physiotherapeuten in Durbach stellte Henry heraus, dass es zumindest für Speerwerfer keine konsequenten Aufbau-Protokolle nach einer Verletzung gebe: »Hier sind die Trainer oft auf sich gestellt.«

Sowohl aus Henrys Vortrag als auch weiteren Ausführungen führender Mediziner wurde deutlich, dass die medizinische Betreuung von Hochleistungssportlern noch deutlich enghmaschiger ausgelegt werden müsse. Paul Hefner, Ärztlicher Leiter des Gelenkzentrums: »In mehreren

wissenschaftlichen Studien wurde nachgewiesen, dass zahlreiche schwere Verletzungen von Sportlern dadurch stark begünstigt worden, dass vorherige kleinere Einschränkungen nicht hinreichend auskuriert worden waren.« Der Hochleistungssportler müsse mehr als bisher als komplettes System betrachtet werden, bei dem schon kleine Dysbalancen schwere Folgen haben können. Dies, so Henry, gelte verstärkt im Nachwuchsbereich: »Trainer tragen hier ganz besondere Verantwortung.« Er habe Zweifel, ob die Gesundheit junger Sportler immer an erster Stelle stehe.

Im Bereich der Kreuzbandversorgung wurde deutlich, dass die operative Versorgung der Verletzung in jedem Fall alternativlos ist, wobei biologische Verfahren wie die All-Press-Fit-Technik an Bedeutung gewinnen. »Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass wir neben der eigentlichen Kreuzbandplastik und eventuellen Meniskusläsionen besonders auf den Knorpel im Kniegelenk achten müssen«, so Felmet.