

Frischer Wind im deutschen Profifußball: Interdisziplinarität statt Traditionalismus

Angestoßen durch den Innovationsdruck, den die sportliche Leitung der Fußball-Nationalmannschaft um Bundestrainer Jürgen Klinsmann ausübt, werden derzeit verschiedene überlieferte Weisheiten im deutschen Profifußball neu unter die Lupe genommen. Vielfach muss als Aufhänger für Kritik der Vergleich mit anderen Spielsportarten herhalten, die eine abweichende Trainingspraxis und interne Arbeitsorganisation haben. So ist auch der Stellenwert der Sportmedizin und ihrer Nachbardisziplinen ins Kreuzfeuer der Boulevardpresse geraten. Auch wenn die meisten Kommentatoren eine verstärkte wissenschaftliche Begleitung und Beratung favorisieren, ist nicht jede Form der sportmedizinischen Betreuung a priori von hinreichender Seriosität und Qualität. Daher erscheint es momentan durchaus angebracht, eine klare Trennlinie zu ziehen zwischen wissenschaftlichen Erkenntnissen oder zumindest plausibel ableitbaren Schlussfolgerungen und primär kommerziell motivierten Einlassungen und Angeboten, die gerade angesichts der WM 2006 von vielen Seiten an alle Protagonisten im Profifußball herangetragen werden. Das Großereignis im Juni und Juli wird dabei allzu oft als Vehikel missbraucht, um vermeintliche Wunderdrogen und Heilslehren in das öffentliche Interesse zu bringen. Aus der Sicht des Autors sollten alle Vertreter der (universitären) Sportmedizin hier mit einer „Politik der ruhigen Hand“ verfahren und übereilte öffentlichkeitswirksame Äußerungen abwägen. Stattdessen ist zuweilen eine Besinnung empfehlenswert auf die Frage: Was ist wirklich belegt? Schließlich soll auch nach der Fußball-WM noch eine fachlich fundierte sportmedizinische Begleitung des Spitzensports stattfinden können. Diese Ausgabe der Deutschen Zeitschrift für Sportmedizin mag angetan sein, einen dahingehenden Beitrag zu leisten.

Die Idee zu dem Themenheft entstand anlässlich des Kongresses „Sportmedizin im Spitzensport“, der im Dezember 2005 in Dahlewitz bei Berlin stattfand. Schwerpunkte waren „Belastbarkeit“ und „Überlastung“, mehrfach illustriert anhand des Fußballs. Dort wurde deutlich, wie unsicher viele Aussagen auf diesem Sektor sind. Offensichtlich ist es zwar vielfach akzeptierte und medial transportierte Meinung, dass Belastungsgrenzen erreicht sind. Daher lautet das allseits propagierte Motto: „optimierte Regeneration“. Und dem korrespondiert eine verständliche, wenn auch kurzsichtige Vorliebe einzelner Spieler, lieber locker als hart zu trainieren. Allerdings entspricht dem allgemeinen Wehklagen kaum die wissenschaftliche Datenbasis. Es ist durchaus umstritten, ob und wie man den Grad der Erholtheit zu messen kann, ebenso die momentane Belastbarkeit. So muss zum jetzigen Zeitpunkt offen bleiben, ob eine Intensivierung des sportlichen

Trainings von Fußballern während einer Saison eher zu verbesserter Belastbarkeit oder zur akuten Überlastung führt. Hier besteht ein deutliches Forschungsdefizit, an dessen Behebung der deutsche Spitzensport mitwirken sollte. Dazu ist es allerdings erforderlich, eine wissenschaftliche Begleitung zuzulassen, die nicht zu jedem Zeitpunkt sämtliche gewohnten Abläufe unbeeinträchtigt lassen dürfte.



PD Dr. med. Tim Meyer, Sportwissenschaft
Institut für Sport- und Präventivmedizin
Universität des Saarlandes

In diesem Themenheft erscheinen drei Artikel von Vertretern der Trainingswissenschaft und Sportpsychologie neben zwei Beiträgen sportmedizinisch tätiger Ärzte. Dies macht die interdisziplinäre Herangehensweise deutlich, die auch im Spitzensport häufig gefordert wird. So reift immer stärker die Erkenntnis heran, dass Leistungsreserven nicht ausschließlich in einer Verbesserung des Dribblings oder der perfekten Aufstellung einer Viererkette zu suchen sind, sondern auch in optimierter Explosivität und Ausdauer und/oder größerer Motivation. Dass laienpsychologische Vorgehensweisen (Stichwort „Straftraining“) für diese Zwecke in der Regel nicht hinreichend wirksam sind, ist dem Beitrag von Hans-Dieter Hermann (S. 138) zwanglos zu entnehmen. Andreas Schlumberger stellt dar, dass ohne Beachtung methodischer Erfordernisse weder eine adäquate Messung, noch eine zufriedenstellende Verbesserung von Sprungkraft- und Schnelligkeitsfähigkeiten möglich ist (S. 125). Die bislang umfangreichste und praxisnächste Erfassung der metabolischen Erfordernisse während eines Fußballspiels mittels ambulanter Spiroergometrie stellt Alexander Ferrauti dar (S. 142), während bisherige Literaturangaben stets auf mehr oder weniger präzise Abschätzungen zurückgriffen. Diese Texte werden ergänzt von einem Artikel aus der momentan weltweit aktivsten Forschungsgruppe im Spitzensport um Jan Hoff und Jan Helgerud (Trondheim, Norwegen). Der Erstautor Nils Kaehler befasst sich mit der zeitgemäßen konditionellen Testung von Spitzensportlern. Dabei stimmt er sicherlich nicht immer mit der in Deutschland gängigen Vorgehensweise überein, liefert aber dennoch eine Handvoll wissenschaftlicher Belege (S. 116). Schließlich vervollständigt eine Übersicht zum aktuellen Stand von Trainingsstudien aus dem Saarbrücker Arbeitskreis (S. 132) dieses Themenheft, das ein kleiner sportmedizinischer Vorgeschmack auf eine hoffentlich attraktive (und aus deutscher Sicht erfolgreiche) Fußball-WM 2006 sein möge.

PD Dr. med. Tim Meyer
Institut für Sport- und Präventivmedizin