

VON KLEIN AUF TOP VERSORGT!

AUTSCH! – so heißt diese Rubrik. Und das aus gutem Grund, denn Verletzungen gehören zum Sport dazu. Doch dank des HSV-Medical-Teams können die Rothosen schnellstmöglich wieder ins Training einsteigen. Wie und warum? Das erfahrt ihr hier! ... in dieser Ausgabe: **DIE MEDIZINISCHE BETREUUNG IM NACHWUCHS.**

Der Körper eines Profisportlers ist sein Kapital. Dementsprechend professionell ist die medizinische Abteilung bei den HSV-Profis aufgestellt: Zwei Mannschaftsärzte, vier Physiotherapeuten sowie jeweils ein Athletik- und Reha-Trainer sind für die Rothosen im Einsatz. Die medizinische Betreuung beim HSV beginnt jedoch keinesfalls erst an der Kabinentür der Zweitliga-Mannschaft an, sondern wird auch beim Nachwuchs großgeschrieben. Schließlich werden hier die Profis von morgen geformt. Physiotherapeutische Maßnahmen fangen daher schon gezielt bei den kleinsten Akteuren in der U11 an. Das Medical Team begleitet ab dieser Altersgruppe die Spieler bei all ihren körperlichen Beschwerden. Von der U15 abwärts steht dabei mit den Physiotherapeuten Kristof Meyer und Marc Misselhorn, Ärztin Katrin Kauschke (UKE) und Athletiktrainer Milan Henrich ein gemeinsames Team für den Grundlagenbereich in Norderstedt zur Verfügung. Im Nachwuchsbereich am HSV-Campus verfügen die Teams dann jeweils über einen eigenen Physiotherapeuten und Athletik-Trainer (U16: Kurosh Niakan, Oliver Barth; U17: Lukas Müller, Lewin Kösterke; U19: Gerrit Lüders, Stefan Adler; U21: Dennis Brandscheidt, Jan Hasenkamp). Zudem sind Reha-Trainer Markus Günther und Arzt Dimitrios Dalos (UKE) für alle vier Mannschaften zuständig. „Wir bereiten als Team die

Jungs auf den Leistungssport vor und versuchen sie ohne größere Verletzungen durchzubringen“, erklärt Simone Lay, leitende Physiotherapeutin für den Nachwuchs, das Hauptziel der medizinischen Arbeit im Unterbau. „Dies schaffen wir mit einem engen Austausch unter den Trainern, den Athletiktrainern und Physiotherapeuten und natürlich auch mit Hilfe der Familien der Spieler.“ Bei Lay laufen die Fäden zwischen allen Bereichen und Interessensgruppen zusammen. Die 33-Jährige trifft sich regelmäßig mit den Ärzten aus Profi-, Nachwuchs- und Grundlagenbereich, unterstützt die Physiotherapeuten am Campus therapeutisch und organisatorisch und kümmert sich um die Kommunikation zwischen den involvierten Fachbereichen. Und diese sind vielschichtig. So werden beim HSV bereits ab der U14 Kaderchecks durchgeführt, in denen die Spieler je nach Alter folgende Untersuchungen und Tests durchlaufen: Anamnese, körperliche Untersuchung, Sehtest, Blutdruck-Messung, Ruhe-EKG-Messung, Lungenfunktionstest, Labor- und Urin-

untersuchung, BIA-Messung, Functional Movement Screen, Koordinationstest, Kraftdiagnostik, Laktat-Leistungsdiagnostik, Belastungs-EKG, Spiroergometrie, zahnärztliche Untersuchung, FMS Testungen, Sprinttests und verschiedene Lauftests.

„In der U19 und U21 haben wir mittlerweile die fast identischen Checks wie bei den Profis. Das ist allein schon aus dem Grund wichtig, um Vergleiche aufstellen zu können und unsere Spieler perfekt auf ein Leben als Profi vorzubereiten“, spricht Lay über die medizinische Betreuung im Nachwuchs. „Der Fokus bei den Spielern aus den Teams unterhalb der U16 liegt wiederum vor allem auf wachstumsbedingten Beschwerden, da in diesen Jahrgängen häufig ein Ungleichgewicht zwischen Größe, Muskulatur und vielen anderen Strukturen besteht. Ab der U17 geht es dann immer mehr in den Leistungssport über. Die Jungs müssen dann sehr viel gezielter trainiert und vorbereitet werden und hart an ihren Schwächen arbeiten.“ Im späten Teenageralter wird von den einzelnen Nachwuchs-

spielern am meisten verlangt. Sie müssen dann die Disziplin mitbringen, Schule, Training, Individual-Training, Prävention und Verletzungsprophylaxe in ihren Alltag zu integrieren. Zugleich stehen auch die Ärzte, Physiotherapeuten und Trainer in dieser entscheidenden Phase der Entwicklung verstärkt in der Verantwortung. „Wir müssen dann immer ein Gleichgewicht finden: Auf der einen Seite möchte der Spieler schnellstmöglich wieder auf den Platz stehen, auf der anderen Seite wollen wir Folgeschäden aufgrund eines zu schnellen Einstiegs unbedingt verhindern“, erklärt Lay und weiß um die Interessenskonflikte. „Unsere Spieler haben den Traum, als Fußballer in großen Stadien vor vielen Zuschauern zu spielen. Sie wollen mit Fußball ihr Geld verdienen. Als Medical Team betreuen wir sie bei diesem Traum und sorgen mitunter für große Enttäuschungen, wenn wir sie aus Trainingseinheiten und Spielen rausnehmen müssen. Aber das tun wir nur, weil wir das große Ganze sehen und unsere Jugendspieler nicht überlasten möchten, sondern ihnen ermöglichen wollen, lange und gesund auf hohem Niveau Leistungssport zu betreiben.“ Die Betreuung bei den Nachwuchsspielern läuft eben nicht nur sehr professionell, sondern vor allem auch sehr verantwortungsbewusst ab. Schließlich ist der Körper eines jeden Spielers sein Kapital. ♦



Simone Lay bei der Behandlung von Nachwuchsspieler Ware Pakia.