

Zwischen Fußball-WM und Höchstbelastung: Einblicke aus dem Profisport und die Rolle der Osteopathie

Während die Fußball-Weltmeisterschaft weltweit im Fokus steht, rücken im Hintergrund zentrale Fragen des Profisports in den Vordergrund: Wie gelingt es Athletinnen und Athleten, körperliche Höchstbelastungen über einen längeren Zeitraum zu bewältigen – und welche Rolle spielen Regeneration und individuelle Betreuung dabei? Der ehemalige Profifußballer und ehemaliger Vorstandsvorsitzende des SSV Jahn Regensburg Oliver Hein gibt Einblicke aus der Praxis.



*Höchstleistung entsteht nicht nur auf dem Spielfeld: Im modernen Leistungssport gewinnen individuelle Betreuungsansätze zunehmend an Bedeutung. Ob nach Verletzungen oder zur Begleitung intensiver Belastungsphasen – vielerorts zählen osteopathische Behandlungen zum ergänzenden Bestandteil der sportmedizinischen Begleitung.
Foto: bvo*

Große Turniere wie eine Fußball-Weltmeisterschaft stehen für Intensität, Tempo und höchste körperliche Anforderungen. Spieler bewegen sich über Wochen hinweg am Limit – mit kurzen Regenerationsphasen und kontinuierlicher Belastung.

Wie sich diese Anforderungen im Profisport konkret auswirken, schildert Oliver Hein. Er spielte über 14 Jahre für den SSV Jahn Regensburg in der 2. und 3. Bundesliga und war anschließend im Vereinsvorstand tätig.

„Die körperliche Belastung im Profifußball ist hoch – entscheidend ist, wie gut der Körper zwischen den Spielen regenerieren kann“, so Hein.

Osteopathie als Teil der sportlichen Betreuung

Bereits während seiner aktiven Karriere spielte die osteopathische Behandlung für Oliver Hein eine Rolle – insbesondere in Verletzungs- und Rehabilitationsphasen.

„Ich habe Osteopathie zunächst als ergänzenden Ansatz in der Reha kennengelernt und später auch präventiv genutzt“, berichtet er. Neben der physiotherapeutischen Betreuung im Verein habe er wiederholt positive Erfahrungen gemacht, etwa bei einer schweren Sprunggelenksverletzung, nach der eine Rückkehr ins Mannschaftstraining zunächst nicht absehbar gewesen sei.

„Erst durch osteopathische Behandlungen habe ich wieder deutliche Fortschritte gemacht und konnte schneller zurück ins Training“, so Hein weiter.

Bei weiteren Verletzungen, unter anderem im Knie- und Muskelbereich, habe er osteopathische Begleitung ebenso als unterstützenden Bestandteil erlebt. Die Offenheit gegenüber solchen Ansätzen habe sich im Profisport in den vergangenen Jahren spürbar entwickelt, auch wenn die Umsetzung je nach Verein unterschiedlich sei.

Vom Leistungssport in die osteopathische Ausbildung

Oliver Hein bringt seine Erfahrungen aus dem Profisport inzwischen auch in seine berufliche Tätigkeit ein. Er befindet sich aktuell in einer mehrjährigen osteopathischen Ausbildung, die medizinische Grundlagen sowie umfangreiche praktische Anteile verbindet.

„Als ehemaliger Spieler habe ich ein sehr direktes Verständnis für körperliche und mentale Belastungen. Das hilft mir, Zusammenhänge besser einzuordnen“, erklärt er. Für ihn steht dabei vor allem das Verständnis des Körpers als funktionelle Einheit im Mittelpunkt – sowie die individuelle Betrachtung von Belastung, Regeneration und Bewegung.

Brücke in den Alltag: Leistung und Regeneration im Gleichgewicht

Die Erkenntnisse aus dem Profisport lassen sich aus Sicht des ehemaligen Profifußballers auch auf den Alltag übertragen: Leistung und Regeneration seien eng miteinander verbunden – unabhängig davon, ob es sich um Spitzensport oder Freizeitaktivität handelt.

„Der Körper braucht Belastung, aber genauso gezielte Erholung. Dieses Zusammenspiel ist entscheidend“, so Hein.

Infokasten

Qualifizierte Ausbildung in der Osteopathie

Die osteopathische Ausbildung baut in der Regel auf einem bereits vorhandenen medizinischen oder therapeutischen Grundberuf auf und umfasst mehrere Jahre berufsbegleitender Weiterbildung. Vermittelt werden umfassende Kenntnisse in Anatomie, Physiologie und Pathologie sowie ein hoher Praxisanteil in manuellen Untersuchungs- und Behandlungstechniken.

Orientiert an internationalen Standards fordern große Berufsverbände wie der Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo im Bereich der Osteopathie eine Ausbildungszeit von mindestens 1.350 Unterrichtseinheiten (UE). Ziel einer qualifizierten Ausbildung ist es, ein tiefes Verständnis für funktionelle Zusammenhänge im menschlichen Körper zu entwickeln und individuelle Befund- und Behandlungsansätze abzuleiten.

Weitere Informationen zu Ausbildung und Beruf finden sich unter www.bv-osteopathie.de. Ergänzende Einblicke dazu bietet zudem der Podcast „Nachgefragt...“ des bvo, unter anderem in Folge 2 mit bvo-Beirat Claus Habel.

Weitere Einblicke gewährt Oliver Hein in Folge 17 „Osteopathie im Profisport“ des bvo-Podcasts „Nachgefragt...“ ► bit.ly/BVO-Podcast.

Weitere Informationen für Ihre Leser oder zur Themenanregung finden Sie in unserem Blog „Osteopathie News“ ► bit.ly/BVO-Blog.

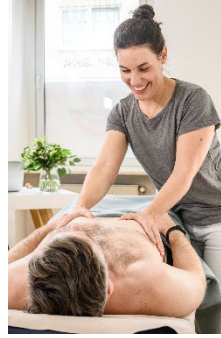
Weitere Bildauswahl



Oliver Hein war selbst Profisportler – nun behandelt er seine (Sport-)Patienten selbst. Foto: privat



*Ein Osteopath bzw. eine Osteopathin diagnostiziert und behandelt mit den Händen.
Foto: bvo*



Alles muss in Balance sein, um Höchstleistungen im Profisport abzurufen. So kann die osteopathische Behandlung auch an Stellen ansetzen, wo kein akuter Schmerz vorherrscht. Foto: bvo

[>> Weiteres Bildmaterial zum Download <<](#)

[>> Pressemitteilung als PDF inkl. Bilder zum Download <<](#)

Über den Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo

Starker Service, starker Fortschritt, starker Partner – das ist der Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo. Er ist die berufliche Interessenvertretung für osteopathisch arbeitende Therapeuten, Schulen und Einrichtungen in Deutschland. Seit 2002 setzen wir uns ein für eine qualifizierte Ausbildung mit einheitlich festgelegten Richtlinien zur Osteopathin/zum Osteopathen sowie einer gesetzlich anerkannten Berufsausübung der Osteopathie. Nur so kann eine hohe Sicherheit und Qualität v.a. für Patienten garantiert werden.

Kontakt:

Jacqueline Damböck
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 09232 88 12 624
presse@bv-osteopathie.de
www.bv-osteopathie.de