

WARUM IMMER BADSTUBER?

— Von **Tobias Altschäffl**

Es dauerte sechs Stunden, bis Holger Badstuber (26) seinen Mut zurück hatte. Samstagnachmittag gegen 16.20 Uhr, Abschlusstraining an der Säbener Straße: Der Verteidiger bleibt beim Versuch einer Grätsche gegen David Alaba im Rasen hängen. Die Schock-Diagnose: Sprunggelenksbruch links, drei Monate Pause. Pep Guardiola bricht die Einheit ab, in der Kabine der Bayern herrscht Stille, nur vereinzelt kommen Fragen nach Badstubers Zustand auf. Um 22.30 Uhr, gerade aus der OP erwacht, meldet sich Badstuber via Facebook: „Einmal ein Kämpfer, immer ein Kämpfer. Think positive. Jetzt erst recht!“

Die Moral des Bayern-Eigengewächses ist bewundernswert. Immer wenn sich Badstuber gerade wieder zurückgekämpft hat, reißt ihn die nächste schwere Verletzung zu Boden. Seine Karriere ist geprägt von Kreuzband-, Muskel- und Sehnenrissen, von Schmerzen, quälenden Reha-Einheiten. Warum nur trifft es immer ihn?

„Ich war sprachlos, als ich gehört habe, dass es den Kerl schon wieder erwischt hat“, sagt Oliver Schmittlein (50). Der Physiotherapeut war zwischen 2002 und 2009 beim FC Bayern angestellt, hat sich inzwischen selbstständig gemacht. Mit Badstuber arbeitete Schmittlein jedoch weiter zusammen, er machte ihn unter anderem nach seinen Kreuzbandrissen in der Sai-

sonvorbereitung 2014 fit. Hat Schmittlein eine Erklärung für die Häufigkeit der schlimmen Verletzungen? „Es ist eine unglaubliche Pechsträhne“, meint der Physiotherapeut, sagt indes: „Die ganze Statik verändert sich, Verletzungen hinterlassen Spuren.“ So könnte Badstubers Oberschenkelmuskelriss im April 2015 auf die vorangegangenen Kreuzbandrisse zurückzuführen sein. „Die größte



In Mehmet Scholl hat Badstuber einen Freund und Ratgeber gefunden

Wahrscheinlichkeit, sich zu verletzen, besteht immer nach einer großen Verletzung“, erläutert Schmittlein: „Es kann zu versteckten Schwachstellen kommen, da man beispielsweise einen Fuß mehr belastet als den anderen.“

Badstuber hatte in Guardiolas A-Elf seinen Platz sicher. Gerade einmal sechs Spiele in Serie hielt sein Körper durch, nun muss sich der Verteidiger wieder monatelang quälen. Eine Prozedur, die er nur zu gut kennt – und eigentlich ein für alle Mal hinter sich lassen wollte. „Klar nervt es mich!“,

29

BUNDES-LIGA-SPIELE

von 122 möglichen hat Holger Badstuber seit Sommer 2012 für den FC Bayern bestritten. Auch die WM 2014 verpasste der Abwehrspieler verletzungsbedingt

AM BODEN war Badstuber schon öfter, aber bisher kämpfte er sich nach jeder Verletzung zurück

sagte Badstuber im April 2015 der „SZ“ dazu, dass er sich immer wieder zu seinen Verletzungen äußern müsse: „Aber das ist eben das Bild, das die Leute von mir haben. Und das werde ich jetzt versuchen zu ändern.“ Wenige Wochen später riss der nächste Muskel.

Dabei hatte Badstuber als Jugendlicher nie Probleme. Auch die ersten Jahre bei den Profis spielte der Abwehrmann regelmäßig, war bei der WM 2010 und der EM 2012 dabei. Mit dem ersten Kreuzbandriss am 1. Dezember 2012 begann die Leidenszeit. Badstuber kämpfte (zu) verbissen, im Mai 2013 riss das Band erneut. In der Folge suchte sich der Verteidiger Hilfe: Badstuber arbeitet inzwischen mit einem Mentaltrainer zusammen. Nach Rückschlägen äußerte er sich nachdenklich optimistisch: „Ein Pfeil kann nur geschossen werden, indem er zunächst zurückgezogen wird.“

Auch ein ehemaliger Bayern-Profi half Badstuber, der im Sommer seine Freundin Natascha heiratete, zu seiner Mitte zu finden: Mehmet Scholl (45). Der >

Die unglaubliche Verletzungsgeschichte des Verteidigers macht fassungslos. SPORT BILD zeigt die Krankenakte und sprach mit engen Vertrauten des Bayern-Stars, der nun wieder lange fehlt



4 21. APRIL 2015

Gegen Porto zieht er sich eine Rissverletzung im vorderen Oberschenkelmuskel zu

200 Tage Pause
26 verpasste Spiele

3 13. SEPTEMBER 2014

Gegen Stuttgart knickt Badstuber ohne Fremdeinwirkung um: Muskelsehnenriss im linken Oberschenkel

154 Tage Pause
24 verpasste Spiele

2 18. MAI 2013

In der Reha zieht sich Badstuber erneut einen Kreuzbandriss zu, eine sogenannte „Re-Ruptur“

461 Tage Pause
59 verpasste Spiele

1 1. DEZEMBER 2012

Im Topspiel gegen Borussia Dortmund reißt sich Badstuber nach einem Zusammenprall mit Mario Götze (damals BVB) das Kreuzband

168 Tage Pause
28 verpasste Spiele

5 13. FEBRUAR 2016

Im Abschlusstraining vor Augsburg bricht sich Badstuber – ohne Fremdeinwirkung – das linke Sprunggelenk

Voraussichtlich drei Monate Pause

> Ex-Mittelfeldstar wurde ebenfalls immer wieder von Verletzungen geplagt. Er ist inzwischen für Badstuber ein Freund und Ratgeber. Scholl war es auch, der den Kontakt zu Schmidlein herstellte.

„Für Comebacker gibt es das grundsätzliche Problem, dass sie denken, in jedem Training, in jeder Sekunde 100 Prozent geben zu müssen, um sich ihren Platz zurückzukämpfen“, sagt Schmidlein: „Das erhöht das Verletzungsrisiko genauso wie die Position: Als Verteidiger kann man keinem Zweikampf aus dem Weg gehen.“

Noch im August 2014 wurde Holger Badstuber beim SPORT BILD-Award für das Comeback des Jahres ausgezeichnet. „Dafür bin ich sehr dankbar. Ich freue mich auf jede Minute mit der Mannschaft“, meinte Badstuber da: „Ich werde jede Minute genießen.“ Seit diesem Tag stehen in seiner Krankenakte: ein Sehnenriss, ein Oberschenkelmuskelriss und seit vergangenen Samstag eine Sprunggelenksfraktur ...

1. 12. 2012
Gegen den BVB kollidiert Badstuber mit Götze (M.) und Martínez (r.): Kreuzbandriss!



25. 8. 2014
SPORT BILD ehrt Badstuber für seinen Kampfegeist und verleiht ihm den Award für das Comeback des Jahres

14. 2. 2016
Die Bayern um Kapitän Lahm (6. v. l.) in Augsburg im T-Shirt mit Botschaft an Badstuber: „Wir sind bei Dir. Du schaffst es wieder“



„Er wird wieder richtig spielen können“

Orthopäde Dr. Büttner erklärt, warum Badstuber so oft verletzt ist



Büttner ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

bei Verletzungen. Vielleicht macht er sich zu viel Druck. Durch die Abwehrprobleme in der

Mannschaft muss er fit bleiben und schnell wiederkommen. Das kann schnell belastend wirken. Es gibt die Meinung von Sportpsychologen, dass manchmal dieser Druck dazu führt, dass Verletzungen als Ausweg aus einer solchen Situation gesehen werden. In diesem konkreten Fall halte ich das aber für sehr unwahrscheinlich.

Wird Badstuber jemals wieder richtig Fußball spielen können?

Klar, denn er ist ja erst 26 Jahre alt, und damit befindet er sich im besten Alter für einen Profifußballer. Badstuber ist noch jung. Es ist ihm zu wünschen, dass er wieder ganz der Alte wird.

Interview: Patricia von Thien

SPORT BILD: Herr Dr. Büttner, Holger Badstuber hatte seit Ende 2013 vier schwere Verletzungen, u. a. Muskel- und Sehnenrisse, einen Kreuzbandriss, nun einen Bruch des linken Sprunggelenks. Wieso ist er so verletzungsanfällig?

BORIS BÜTTNER (44): Das Wort „Verletzungsanfälligkeit“ ist eher kein medizinischer Begriff. Es gibt „robuste“ und eher verletzungsanfällige Sportler. Oftmals ist es eine Verkettung von vielerlei Dingen. Es kann sein, dass bestimmte Verletzungen früher nicht konsequent ausbehandelt wurden, was heute die Ursache für weitere Verletzungen sein könnte.

Sehen Sie zwischen den unterschiedlichen Verletzungen einen Zusammenhang?

Denkbar ist das schon. Die Gesamtkoordination ist eine andere, als sie es im Normalfall wäre. Jeder, der schon einmal eine Bänder- oder Muskelverletzung hatte, bewegt sich, wenn man es genau nachmessen würde, anders. Die vielen Verletzungen am Stück gehen oftmals mit einem Funktionsdefizit einher. Wenn einer permanent Muskelverletzungen hat, kann es sein, dass er eine Schwachstelle im Rücken hat. So hat beispielsweise ein Sportler immer wieder auftretende Muskelverletzungen der Beine, die Ursache dafür

liegt aber in der Wirbelsäule.

Es wirkt, als laufe Badstuber oft unrund. Nimmt er eine Schonhaltung ein?

Das kann sein. Natürlich horcht man mehr in sich und seinen Körper hinein nach so einer Verletzungs-Odyssee und vertraut seinem Körper nicht zu 100 Prozent. Das kann in der Summe dazu führen, dass man in einen Kreislauf der Verletzungen hineingerät. Es wäre denkbar, dass man in diesem Fall eben nicht mit Bewegungsautomatismen agiert und alltägliche und normale Trainingsbelastungen zu Verletzungen führen.

Was ist mit der Psyche?

Sie ist auch ein großer Faktor