

# Der Sportmediziner lief immer mit

VON JÖRG NIEMEYER

Herr Reick, welche Rolle hat der aktive Sport in Ihrem Leben gespielt?

Matthias Reick: Er war immer Teil meines Lebens. Angefangen habe ich bei OT Bremen mit Mutter- und-Kind-Turnen, als ich zwei war. Dann habe ich ein paar Jahre Fußball gespielt, bevor ich mit zwölf, 13 in die Leichtathletik gekommen bin.

Fußball als Übergang zur Leichtathletik?

Meine technischen Voraussetzungen im Fußball waren nicht so gut, dass ich dort hätte Erfolge verbuchen können. Beim Fußball gab es damals noch den sogenannten Läufer. Ich war der linke Läufer, weil ich nachgewiesen habe, dass ich auch am Ende eines Spiels noch laufen konnte.

In der Leichtathletik, vor allem im Laufen, waren Ihnen Erfolge ja auch vergönnt.

Als Schüler war ich mal Bremer Mehrkampfmeister, habe aber auch gleich im Laufen mehrere Meisterschaften geholt. Das hat mir so viel Auftrieb gegeben, dass ich mich in der Leichtathletik fest verwurzelt habe. Mit dem damaligen OT-Abteilungsleiter Siegfried Jakubowski und später mit Klaus de Vries hatte ich auch zwei tolle Förderer.



Wann haben Sie sich aufs Laufen spezialisiert?

Das war mit 15, 16.

Mit der Vorliebe auf lange Strecken?

Alle Strecken, angefangen von 800 Meter bis später zum Marathon.

Über die 42,195 Kilometer haben Sie mit 2:31 Stunden eine hervorragende Bestzeit aufgestellt.

Das war beim Schwarzwald-Marathon 1987. Vor zehn Jahren bin ich den Bremen-Marathon noch mal gelaufen, allerdings ohne Training.

Mit welchem Ergebnis?

In 3:17 Stunden.

Stark – Sie konnten es also noch. Schon während Ihrer Jugend hatten Sie längere Pausen einlegen müssen. Warum?

Ich hatte Probleme mit den Kniescheiben. Als ich 1978/79 als Schüler ein Jahr in den USA war, habe ich American Football gespielt. Nach meiner Rückkehr hatte ich erst mal Gewichtsprobleme, um leichtathletisch wieder mithalten zu können.

Ach du Elend.

Naja, mir war ja längst klar geworden, dass der jugendliche Traum von Olympischen Spielen für mich als Leichtathlet nicht mehr zu realisieren war.

Sie sind also ausgestiegen?

Nein, ich habe weiter gemacht, aber der Schwerpunkt war nicht mehr der Wettkampf. Im Winter bin ich gern Cross gelaufen, aber die Bahnsaison fand nicht konstant mit mir statt.

Warum nicht?

Zu der Zeit habe ich mich ehrenamtlich in der Jugendaustauscharbeit beim Deutschen Youth for Understanding Komitee engagiert. Erst als ich später in Freiburg war, habe ich wieder mit Wettkämpfen begonnen.

Was hat Sie nach Freiburg verschlagen?

Ich habe zunächst in Gießen studiert und bin 1985 wegen der Sportmedizin nach Freiburg gegangen. In Freiburg waren zehn Leute, die den Marathon unter 2:30 Stunden laufen konnten – unter ihnen auch Herbert Steffny.

Hat das Ihren Ehrgeiz neu geweckt?

Der kam in Freiburg aufgrund des dortigen guten Umfelds zurück. Ich habe nebenbei Jugendliche trainiert, und während ich sie zu Wettkämpfen begleitete, bin ich dann auch vermehrt wieder selbst gelaufen.

Im Wettkampf?

Ja, meinen ersten Crosslauf in Freiburg habe ich gleich gewonnen. Das hat mir so viel Motivation gebracht, dass ich das Ganze wieder ernsthafter betrieben habe.

Was bedeutete das?

Ich habe wieder täglich trainiert. So war ich nun mal gepolt: Wenn ich schon laufe, wollte ich nicht nur mitlaufen.

Wie lange sind Sie noch gelaufen?

Auch nach meiner Rückkehr 1989 nach Bremen noch. Doch mit zunehmender Arbeit als Arzt war für mich bald kein regelmäßiger Trainingsbetrieb mehr möglich.

Erinnern Sie sich, wann Sie erstmals wegen Verletzung beim Sportmediziner waren?

Ja, sehr gut sogar. Wegen meiner Kniescheibenprobleme. Da war ich ungefähr 16 und regelmäßig in Behandlung. Diese Probleme waren auch die Ursache, warum ich ab 18, 19 bis zu meiner Freiburger Zeit nur noch relativ wenig gelaufen bin.

Mit welchen Gefühlen sind Sie damals zum Arzt gegangen?

Mit der Hoffnung, dass ich bald wieder entsprechend trainieren und laufen kann. Zeitweise war ich um 6 Uhr morgens beim Arzt, um eine Spritze abzuholen und dann in die Schule zu fahren. Mein Wille war da, um mich wieder fitmachen zu lassen.

Hatten Sie damals Angst, dass Sie mit Ihrem geliebten Sport aufhören müssten?

Nein. Aber ich habe notgedrungen gelernt, dass ich leistungsmäßig nicht mehr bringen konnte.

Wann kamen Sie auf die Idee, Sportmediziner zu werden?

Das wurde in der zehnten Klasse konkreter, also mit 16 etwa. Da hatte ich meine ersten Achillessehnenprobleme schon hinter mir, die ich bekam, weil ich zu schnell gewachsen war. Und ich war wegen der Kniescheibenprobleme in Behandlung. Insofern haben mich meine Überlastungsprobleme in beruflicher Ausrichtung geformt.

Muss ein Sportmediziner Leistungssportler gewesen sein?

Nein. Grundsätzlich verlangt die Ausbildung zum Sportmediziner nicht nur Theorie, sondern auch Kurse mit sportpraktischem Inhalt. Wer aber Sportler als Arzt medizinisch betreut, sollte in der Sportart gewisse Erfahrungen haben. Das schließt jedoch nicht aus, dass ein Arzt zum Spezialisten in einer Sportart werden kann, obwohl er sie nicht selbst ausgeübt hat.

Aber eine eigene Sportkarriere dürfte dem Sportmediziner auch nicht geschadet haben.

Als ehemaliger Leistungssportler hast du in der Regel Erfahrung mit speziellen Verletzungen, weil du sie selbst gehabt hast. Insofern versteht man einen Patienten vielleicht ein bisschen besser.

Leiden Sie mal mit einem Patienten mit?

Ja, natürlich. Aber wichtiger ist, dass ich ihn richtig einschätze. Ist er jemand, der übermotiviert an seinen Sport herangeht? Den muss ich anders führen als einen eher ängstlichen Menschen. Das Mitführen ist okay, doch die fachliche Distanz ist nötig, um rational zu handeln.

Lief mit dem Sportler Matthias Reick im Kopf stets der Mediziner Matthias Reick mit?

Ja, immer.

Mit welcher Auswirkung?

Er begleitete mich und steuerte mich auch mal.

Wie das?

Kürzlich zum Beispiel hatte ich eine langwierige Verletzung am Sitzbeinhöcker, mit der ich zwar gehen, aber nicht laufen konnte, weil ich mein Bein nicht durchschwingen konnte. Obwohl ich das Fahrradergometer nicht besonders mag, habe ich mich drauf gesetzt, um weiterhin mehrmals pro Woche Sport zu machen.

Das heißt, dass der Arzt anders in seinen Körper hineinhört als ein Sportler ohne medizinischen Hintergrund.

Genau. Ich nehme dann eine Selbsteinschätzung vor. Den Patienten würde ich zum MRT schicken, aber das brauchte ich in diesem Fall für mich nicht.

Man darf voraussetzen, dass ein Mediziner besser als ein Laie versteht, was in seinem Körper vor sich geht. Hilft dieses Wissen bei einem Wettkampf oder belastet es?

Es belastet nicht, aber es schützt auch nicht vor Verletzungen oder falschen Belastungen im Sport. Erst recht nicht, wenn ein Sportler so ehrgeizig ist wie ich es war.

Meinen Sie, dass der Sportler Matthias Reick auf den Arzt Matthias Reick manchmal nicht hören wollte?

So könnte ich es wohl unterschreiben.

Ist ein Sportmediziner zwangsläufig auch ein Sportpädagoge?

Natürlich ist eine gewisse pädagogische Führung immer dabei, weil du den Patienten anleiten musst, was er machen darf und was nicht. Du musst immer eine Einschätzung des Charakters vornehmen. Wenn ein Sportler vor einer Meisterschaft steht, möchte er natürlich wissen, wie die Verletzung in seinen Trainingsplan hineinpasst. Der Arzt muss erkennen, wie der Sportler tickt, und dann offen mit ihm reden.

Und notfalls von einem Start abraten.

Es gilt, die Emotionen rauszunehmen und sachlich abzuwegen. Klar, als Sportler habe ich früher auch an der Meisterschaft teilnehmen wollen. Da kommt meine Erfahrung wieder zum Tragen. Ich muss als Arzt dem Patienten sagen, welche Folgeschäden ein Start möglicherweise haben kann. Ich muss sie vernünftig darstellen, aber die Entscheidung trägt er letztlich selbst.

Wie haben Sie die sportlichen Aktivitäten Ihrer Kinder begleitet?

Meine Kinder sind sportlich sehr breit aufgestellt, haben aber nie spezifischen Wettkampfsport betrieben. Ich glaube, dass sie sich nicht mit mir vergleichen wollten. Sie haben viel Sport gemacht, aber immer in Gruppen und in verschiedenen Sportarten.

Wie wichtig war Ihrer Frau und Ihnen, dass die Kinder Sport machten?

Sport gehörte für uns immer dazu.

Was empfahlen Sie Eltern, die Sie wegen der richtigen sportlichen Betätigung ihrer Kinder um Rat bitten?

Kinder sollten so früh wie möglich anfangen. Ein Kind hat immer den Drang, sich zu bewegen. Diese Möglichkeit sollte man ihm eröffnen. Nicht jedes Kind möchte Leistungssport machen, aber es wird am Ende seine Sportart finden. Allerdings nur dort, wo es sich wohlfühlt. Das kann man nicht durch Zwang erreichen.

Das Gespräch führte Jörg Niemeyer.

---