



PRAXISTHORSTENAMMANN

Staatlich anerkannter Osteopath,
Heilpraktiker

Presseartikel ZDF 2010



06.11.2010

http://sport.zdf.de/ZDFsport/inhalt/10/0_5676_8127114_00.html



dpa

Ruder-WM

Der Erfolg gibt ihm recht

Therapeut Thorsten Ammann optimiert
Leistung der deutschen Ruderer

von Florian Zerfaß

Auf dem Lake Karapiro geht es an diesem Wochenende um alles. Bei der Ruder-WM fallen die Entscheidungen. Thorsten Ammann sorgt dafür, dass die deutschen Medaillenhoffnungen in Topform sind. Der Therapeut macht die Ruderer mit ungewöhnlichen Methoden fit.

Es ist ein uralter Running Gag unter Leid geprägten und Ärzte geplagten Patienten. "Wer glaubt, gesund zu sein, ist nur noch nicht richtig untersucht worden", lautet ein häufig gebrauchter - und meist zynisch gemeinter - Ausspruch.

ZITAT

„Man kann sich den Körper vorstellen wie ein System aus Zahnrädern, die miteinander verbunden sind.“

Thorsten Ammann

Körper als Ganzes betrachtet

Für Thorsten Ammann ergibt der Satz einen ganz anderen Sinn. Für den Therapeuten der deutschen Ruderer ist es selbstverständlich, auch die Athleten gründlich zu untersuchen, die keine Beschwerden haben. "Das ist wichtig, um die Leistungsfähigkeit optimieren zu können", sagt der 38-Jährige, "selbst wenn ein Sportler keine Schmerzen hat, kann zum Beispiel eine leichte Verspannung im kleinen Brustmuskel dazu führen, dass die Handkraft nachlässt."

Ammann arbeitet mit Osteopathie und Kinesiologie, er betrachtet nicht einzelne Gliedmaßen, sondern den Körper als Ganzes. Die Ursachen für Beschwerden liegen dabei oft ganz wo anders, als die Symptome auftreten. Und: Kleine Probleme können große Auswirkungen haben. "Man kann sich den Körper vorstellen wie ein System aus Zahnrädern, die miteinander verbunden sind. Wenn nur ein einziges davon nicht rund läuft oder sogar klemmt, dann kommt der ganze Mechanismus durcheinander", erklärt Ammann.



Carsten Oberhagemann
Umsorgt die Ruderer: Thorsten Ammann

Am Anfang steht ein Test

Konkret heißt das zum Beispiel, dass er die Ursache für Knieprobleme schon mal in einem fehlgestellten Zahn oder dem Kiefergelenk entdeckt. Oder dass er bei beschwerdefreien Sportlern feststellt: Sie können ihre Atmung - und damit auch ihre Leistung - verbessern, wenn Blockaden im Zwerchfell oder den Rippen gelöst werden. "Gerade deshalb werden auch die Sportler untersucht, die keine Schmerzen haben", sagt der 38-Jährige, "nur so können wir sicherstellen, dass sie in der Lage sind, ihr volles Leistungspotenzial zu aktivieren."

Am Anfang steht ein Test, bei dem die Kraft der verschiedenen Muskelgruppen überprüft wird. Anschließend geht es darum, das "System" zu optimieren - sprich, dafür zu sorgen, dass das Zusammenspiel von Nerven, Muskeln, Sehnen, Knochen und Gelenken funktioniert. Die therapeutischen Methoden, die Ammann anwendet sind vielfältig, sie reichen von klassischer Physiotherapie über Akupunktur und Taping bis zur "Triggerpunkt-Stoßwellentherapie", einem Steckenpferd des Therapeuten. Bei dieser Behandlung werden mit Hilfe von Schallwellen Verhärtungen in den Muskeln gelöst.

ZITAT

„Wer Erfolg hat, hat Recht.“

Thorsten Ammann

Methoden umstritten

Seit 2006 bringt Ammann die deutschen Ruderer in Form. "Verbandsarzt Uli Kau hatte mir ein paar Problemfälle aus dem Team vorgestellt. Die habe ich relativ schnell wieder fit bekommen, und so wurde dann eine feste Zusammenarbeit daraus" erinnert sich Ammann, der selbst ein ambitionierter Sportler war. Bei eigenen Beschwerden kam er auf die Idee, es mit Osteopathie zu versuchen. Schließlich ließ er sich selbst in Osteopathie und Kinesiologie ausbilden.

Unumstritten sind diese Lehren nicht. Sie zählen in Deutschland zur Alternativmedizin, Kritik kommt von Schulmedizinern. Sie bemängeln insbesondere, dass es keine ausreichenden wissenschaftlichen Studien gibt, die deren Wirksamkeit belegen. Ammann ficht das nicht an, er nimmt die Kritik locker. In Amerika sei die Osteopathie bereits fester Bestandteil der Schulmedizin. "Wer Erfolg hat, hat Recht", sagt der 38-Jährige, der außer im Rudern auch in der Leichtathletik sowie für Fußballvereine aus der zweiten und dritten Liga arbeitet. "Es kommen viele Sportler zu mir. Wir erzielen bessere Ergebnisse als mit klassischer Therapie alleine. Verletzungen heilen schneller." Wie gut die Methoden in Sachen Leistungsoptimierung sind, wollen die Ruderer heute Nacht wieder beweisen.

© ZDF 2010