

# Fit dank der Vitalanalyse

LEUTE IM ELZTAL: Der Heilpraktiker Kurt-Dieter Maser bringt Sportler wieder auf die Beine

VON UNSEREM MITARBEITER  
JÜRGEN RUF

**WALDKIRCH.** Kurt-Dieter Maser kennt die Gefahren des Leistungs- und Freizeitsports: Der seit 1990 in Waldkirch tätige Heilpraktiker hat sich auf die Vermeidung von Sportverletzungen spezialisiert. Für Profisportler hat er bereits vor mehreren Jahren ein Verfahren zur umfassenden Vorbeugung und gleichzeitiger Leistungssteigerung entwickelt. Nun bietet er die auf computergestützte Analyse auch Freizeitsportlern an.

„Im Profibereich gehört eine moderne Sportprävention mittlerweile zum Pflichtprogramm, weil sie sich bewährt“, sagt der 42 Jahre alte Maser. Probleme sieht der gebürtige Waldkircher vielmehr im boomenden Freizeitsport. „Die Verletzungsgefahr ist gerade in diesem Bereich sehr hoch.“ Gefährdet seien vor allem Breiten- und Amateursportler, die nicht regelmäßig trainieren, sich zu wenig oder gar nicht vorbereiten, ihre körperlichen Defizite nicht kennen.

„Viele Sportverletzungen können durch frühzeitige Gegenmaßnahmen vermieden werden“, sagt Maser. Er spricht aus Erfahrung: Vor acht Jahren hat er in seiner Praxis – nach mehreren Studien – ein „Institut für Forschung und Diagnostik der funktionellen Medizin im Hochleistungssport“ gegründet. Zahlreiche Profisportler lassen sich seither von ihm unter die Lupe nehmen. Maser betreut unter anderem Fußballer, Boxer, Golfer, Skifahrer, Radfahrer, Ruderer, Marathonläufer, Leichtathleten und andere Spitzensportler. Namen nennt er nicht – die Pflicht zur ärztlichen Verschwiegenheit gilt auch für ihn.

Bekannt ist, dass – neben zehn weiteren Fußballvereinen – auch die Kicker von Bayer 04 Leverkusen auf den Heilpraktiker aus dem Elztal bauen. Seit mehr als sieben Jahren ist Maser bei dem Fußball-Erstligisten zuständig für den Bereich Funktionelle Medizin. Maser überprüft regelmäßig die Daten der Spieler – aber auch die der Trainer und Funktionäre.



**Kurt-Dieter Maser zeigt am 9. Oktober seine Vitalanalyse.** FOTO: OSWALD

Mit der Erhebung der Daten endet seine Tätigkeit aber nicht. Die Ergebnisse der Analyse fließen in eine umfassende Beratung ein. Die Methode hat Erfolg: Bayer 04 Leverkusen hat nach eigenen Angaben die geringste Verletztenquote der Bundesliga.

„Eine ärztliche Aufsicht und Betreuung hat in der Fußball-Bundesliga jeder Club“, sagt Maser. Doch die Überprüfung medizinischer Standardwerte sei nicht ausreichend. Der Waldkircher geht deshalb einen Schritt weiter. Neu an seinem Konzept sei, dass nicht nur medizinische Aspekte berücksichtigt werden. „Ein Beruf, dessen Arbeitsmittel Körper und Geist sind, braucht einen ganzheitlichen Ansatz.“

Herzstück der Methode ist, neben einer Überprüfung von Urin und Blut, ein Computersystem. Dieses lässt, ähnlich wie bei einer Herzuntersuchung, schwache Elektroströme durch den Körper leiten und misst damit die Funktionen der Organe. Das System erfasst unter anderem den allgemeinen Vital-Zustand, hält nach Infektanfälligkeit, Abwehrschwächen und Stoffwechselbelastungen Ausschau, nimmt die Herz-Kreislauf-Verhält-

nisse unter die Lupe und überprüft mögliche Störfelder wie Zähne und Nasennebenhöhlen.

Eine wichtige Rolle spielen auch nervliche und psychische Belastungsfaktoren. Zudem untersucht Maser, welche Ausdauer und Kondition seine Patienten haben, wie groß die Energiereserven sind, ob es Ernährungsfehler gibt, wie ausgeprägt das Verletzungsrisiko ist, ob Mängel im Körperbau festgestellt werden können. „Die von mir betriebene funktionelle Medizin kann Krankheiten sehr früh erkennen, oft schon in der Entstehungsphase, bevor sie klinisch offenbar werden und erste Symptome zeigen“, sagt Maser. Defizite, Schwachstellen oder Störungen im Organismus könnten durch die Auswertung der Daten aufgedeckt, Krankheiten in frühen Stadien umso erfolgreicher behandelt werden.

„Ziel ist es, das Verletzungsrisiko durch entsprechende Gegenmaßnahmen zu verringern und die Leistungsfähigkeit zu verbessern. Meine Patienten sollen ohne großes Risiko gesund Sport treiben können“, sagt Maser. Nach der Analyse der Daten gibt er den Sportlern daher Tipps zum richtigen Training und zur sinnvollen Ernährung. Er informiert sie über ihr Körpergewicht, ihren gesundheitlichen Zustand, über mögliche seelische Probleme und hilft bei der Optimierung der sportlichen Leistung. „Oft liegt es nur an Kleinigkeiten“, sagt der Heilpraktiker. Zu wenig Flüssigkeit, einseitige Belastungen, unregelmäßiges Training, zu großer Ehrgeiz bei wenig Kondition. „Das sind alles Faktoren, die sich ohne großen Aufwand ändern lassen, wenn sie erst einmal erkannt wurden.“

„Gerade für Freizeitsportler ist es wichtig, ihre individuellen Verletzungsrisiken, ihre Belastungsfähigkeit und ihr Leistungspotenzial genau zu kennen“, sagt Maser. Bei den bekannten und bei vielen Sportarten vorgeschriebenen sportärztlichen Untersuchungen würden jedoch meist nur wenige Funktionstests wie die Überprüfung von Blutdruck und Puls vorgenommen. Anhand dieser entscheidet sich ob eine bestimmte Sportart risikolos ausgeübt werden darf.

