

Mal. Auch sein Knie bestand einen Härte-test – in Form eines Trittes von Torrejon (Kaiserslautern). „Jetzt weiß ich, dass es hält.“

Dass es bei so einer Verletzung wesentlich schneller gehen kann als bei Alan, bewies Thomas Schrammel. Der Rapidler verletzte sich zwei Wochen nach Alan und kann schon über ein Jahr wieder spielen. „Mir konnte es bei der Reha nie schnell genug gehen. Ich habe privat noch Zusatzübungen gemacht“, erzählt der 25-Jährige, der nach einer rekordverdächtigen Pause von nur vier Monaten und drei Wochen wieder spielt war. „Bei Thomas war sichtbar, wie stark die Pause vom Willen des Spielers abhängt“, sagt Trainer Peter Schöttel.

Bei den beiden 2:0-Erfolgen gegen Salzburg im Herbst spielte Schrammel durch: „Wir liegen ihnen nicht. Das wollen wir auch in Salzburg beweisen. Alan soll erst nach diesem Duell seine Klasse zeigen.“ Schmidt traut seinem Schützling schon heute einiges zu: „Mich würde es nicht überraschen, wenn er ein Tor schießen würde.“

INTERVIEW

„Das Kreuzband ist und bleibt die Schwachstelle im Knie“

Der Universitätsprofessor Christian Gäbler (Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie) über das Thema Kreuzbandriss.

KURIER: Während der Salzburger Alan erst 18 Monate nach einem Kreuzbandriss sein Comeback gibt, spielte der Rapidler Thomas Schrammel 2012 nach vier Monaten und drei Wochen wieder. Wie ist das möglich?

Christian Gäbler: Wenn die Pause länger als ein Jahr dauert, muss es ein massives Problem gegeben haben. Ein Ausfall von rund vier Monaten ist sicher das Minimum. Da muss von der Muskulatur über die Koordination bis zum eingesetzten Kreuzband alles extrem gut sein. Das schaffen nur genetisch bevorzugte Sportler, weil die eingesetzte Sehne erst nach sechs Monaten voll belastbar ist.

Stellen Sie eine Häufung an Kreuzbandrissen fest?

Nein, das Kreuzband ist und bleibt die Schwachstelle im Knie. Es reißt übrigens öfters ohne Fremdeinwirkung als bei einem Foul. Die meisten dieser Verletzungen gibt es beim Skifahren.

Wird der Kreuzbandriss in Zukunft an Schrecken verlieren?

Es wird mit gezüchteten Kreuzbändern experimentiert und mit Kunststoff-Bändern zur Schienung des eigenen Kreuzbandes. Dann wäre eine Pause von sogar nur drei Monaten realistisch.

Viele Hobbysportler fragen sich: Operieren oder nicht?

Man kann ohne Kreuzband sehr gut leben. Nur bei Ballsportarten wie Fußball, Tennis, Skifahren, und Wandern geht es ohne Kreuzband nicht, weil sonst die Knorpel zu stark belastet werden.

Infos: sportordination.at

(KURIER) ERSTELLT AM 24.02.2013, 10:05

STICHWORTE: [BUNDESLIGA](#) [RED BULL SALZBURG](#) [RAPID WIEN](#)

<p>PCC Unternehmensan</p>	<p>Top Skiurlaub Angebote</p>	<p>10 TOP-AKTIEN FÜR 2014</p>	<p>Waldinvestment: 12% p.a.</p>
<p>7 % p.a. Festzinssatz > Quartalsweise Zinszahlung > Keine Gebühren > Ab 5.000 € Anlage.</p>	<p>4 Nächte inkl. Skipass, uvm. ab EUR 186,- Jetzt SalzburgerLand Winterurlaub Angebot sichern!</p>	<p>In diesem Video erfahren Sie sofort die Namen der 10 TOP-Aktien für 2014 - VÖLLIG KOSTENLOS!</p>	<p>Investment im Trendmarkt Holz. 12 % Rendite und mehr möglich. Steuerfrei und zukunftssicher.</p>
<p>MEHR INFORMATIONEN »</p>	<p>MEHR INFORMATIONEN »</p>	<p>MEHR INFORMATIONEN »</p>	<p>MEHR INFORMATIONEN »</p>

DISKUSSION

Kommentare aktualisieren

IHRE MEINUNG ZUM THEMA

BITTE LOGGEN SIE SICH ZUM KOMMENTIEREN EIN

[EINLOGGEN / REGISTRIEREN](#)