

▶ Die Profis



**Dr. Munther
Sabarini**

Wirbelsäulenspezialist u.
Neurochirurg, Internat.
Wirbelsäulenklinik Berlin

Ist Fußball ungesund?

Welche Kräfte wirken beim Fußball auf die Wir- belsäule?

Fußball zählt zu den belastenderen Disziplinen für die Wirbelsäule. Die Bandscheiben fangen während des Spiels ständig schnelle Richtungswechsel und Drehungen ab. Für eine Überstreckung des Rückens sorgen lange Pässe und Flanken. Langfristig schädigt dies die Wirbelsäule und kann zu Nervenreizungen, Muskelverletzungen oder Bandscheibenvorfällen führen. Bei Kopfbällen erhöht sich das Gewicht des Balls durch die Beschleunigung um das Siebenfache. Je schneller der Ball auf die Stirn trifft, desto größer die Kraft, die auf die Halswirbelsäule einwirkt.