

Fußballprofi trotz Defi

Interview mit Daniel Engelbrecht

Sie, Daniel Engelbrecht, sind über Deutschland hinaus bekannt, weil Ihre Geschichte, das, was Sie erlebt und durchgestanden haben, ganz ungewöhnlich ist. Wegen einer schweren Herzkrankheit wurde Ihnen ein Defibrillator eingepflanzt, der bei Herzstillstand durch einen Elektroschock das Herz wieder zum Schlagen bringt. Das ist keine Kleinigkeit. Trotzdem spielen Sie Profifußball bei den Stuttgarter Kickers. Man hat Ihre Risikobereitschaft, Ihren Mut, Ihr Durchhaltevermögen zu Recht bewundert. Eine tragende Rolle spielt dabei Ihre staunenswerte Begeisterung für Fußball. Wie kam es dazu?

- Den Fußball habe ich geliebt, seit ich fünf Jahre alt war. Ich wollte immer Fußballprofi werden. Meine Mutter, meine Freunde, meine Lehrer haben das natürlich nicht ernst genommen. Von Tausenden jungen Kerlen, die Fußballer werden wollen, wird es nur einer. Die Wahrscheinlichkeit ist gering. Ich habe es geschafft, weil ich es unbedingt wollte.

Was fasziniert Sie am Fußball?

- Ich brauche das Gefühl, zu gewinnen, Tore zu schießen, mit der Mannschaft zu arbeiten, große Ziele zu erreichen, den Aufstieg, das Gefühl, im Rampenlicht zu stehen. Dazu ergeben sich immer neue Chancen: Wenn man an einem Wochenende schlecht spielt, kann man das beim nächsten Spiel wiedergutmachen. Fußball ist für mich eine Droge, besser gesagt: *Fußball spielen ist leben*. Wie meine Geschichte zeigt, gehe ich dafür jedes Risiko ein.

Schon mit 19 Jahren spielten Sie als Profi bei Alemannia Aachen II, dann beim VfL Bochum

und seit 2013 bei den Stuttgarter Kickers. Wann haben Sie zum ersten Mal eine Bedrohung Ihrer Gesundheit erlebt?

- Im Juli 2013 bei einem Spiel gegen den FC Rot-Weiß Erfurt habe ich mich zunächst super gefühlt und bin bis zur 72. Minute ohne Ende gerannt. Plötzlich wurde mir schwindelig, ich verlor die Kontrolle über meinen Körper und wurde bewusstlos. Aber ich musste nicht wiederbelebt werden. Da die Temperatur an diesem Tag bei 30°C lag, haben die Ärzte meinen Zusammenbruch als Hitzschlag interpretiert. Nach 14 Tagen begann ich wieder mit dem Training.

Aber dann?

- Kurze Zeit später, bei einem Spiel in Kiel, verließen mich meine Kräfte. Ich wurde ins Krankenhaus gebracht und dort untersucht. Diagnose: Myokarditis. Eine Herzmuskelentzündung, die bedrohliche Herzrhythmusstörungen auslösen kann. Meine erste Frage war: *Wann kann ich wieder Fußball spielen?* Der Schock kam erst drei Monate später, bei der Nachuntersuchung. Trotz der intensiven Therapie stellten die Ärzte bleibende Schäden am Herzen fest und eine Verschlechterung der Pumpkraft des Herzens, die Profisport unmöglich macht. „Suchen Sie sich einen anderen Job“, wurde mir gesagt. Da brach für mich eine Welt zusammen. Ich flehte die Ärzte an, einen Ausweg zu finden. Einige Tage später boten sie mir an, einen Defi einzupflanzen, der, wenn das Herz aufhört zu schlagen, es wieder anwirft. Ohne einen Moment zu zögern, habe ich zugestimmt, weil das die einzige Möglichkeit war, wieder Fußball zu spielen.



Aber damit waren die Probleme nicht gelöst.

■ Nein. Nach dem Einsetzen des Defis hatte ich immer wieder Anfälle von Herzrhythmusstörungen, der Puls sprang dann plötzlich auf 200 Schläge/Minute, manchmal mehrfach am Tag. Zwei Versuche, durch eine Ablation mit Hilfe von Kathetertechnik die Herzrhythmusstörungen zu beseitigen, misslangen, weil die Herzzellen, die die Herzrhythmusstörungen verursachten, nicht geortet werden konnten. Um die Herzrhythmusstörungen im Krankenhaus zu provozieren und dadurch eine erfolgreiche Ablation möglich zu machen, bin ich 10 Stock herauf und herunter gesprintet. Das war zu viel. Herzrasen, Ohnmacht, Dunkelheit. Ich glaubte, sterben zu müssen. Aber dann gab der Defi einen Schock ab, der mir das Leben gerettet hat. Der Schock wirkte auf

mich wie eine Explosion, die mich innerlich verbrennt. Mit unglaublicher Wucht wurde ich gegen die Wand geschleudert. Nachher hörte ich von meinen Ärzten, dass eine solche Reaktion auf einen Defischock ganz untypisch ist. Für mich war es eine höllische Erfahrung, mit der ich nicht fertig wurde. Ich konnte nicht mehr schlafen, ich konnte nicht mehr allein leben, ich litt unter Panikattacken.

Wie sind Sie aus diesem Tief herausgekommen?

■ Die Ärzte haben mir geraten, psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Den Rat habe ich befolgt. Das war sicher hilfreich, geheilt wurde ich dadurch nicht. Wichtig war die Unterstützung durch meine Ex-Freundin, meine Familie, meine Freunde und die Kickers.

Zum Glück konnten im Mai 2014 die Herzrhythmusstörungen durch Ablation geheilt werden. Und dann begann ich zu trainieren. Das Training hat mich aus dem Tief herausgeholt.

Anfangs waren Sie nur wenig belastbar.

- Ja, ich musste ganz bescheiden anfangen. Zuerst bin ich eine Minute um den Platz gegangen, eine Minute gelaufen, eine Minute gegangen, eine Minute gelaufen. Das hat sich, immer durch Tests von den Ärzten kontrolliert, gesteigert: drei Minuten, vier Minuten, fünf Minuten, zwanzig Minuten. Dann habe ich einen Dauerlauf von 25 Minuten gemacht und schließlich konnte ich mich an Sprints wagen. Jetzt entspricht meine Herzleistung wieder den Anforderungen des Profisports.

Wann spielten Sie zum ersten Mal wieder mit den Stuttgarter Kickers?

- Am 15. November 2015 in Ravensburg war mein Comeback. Meine Brüder waren aus Köln angereist. Sie weinten, als sie mich spielen sahen. Dass wir das Spiel verloren, spielte auch für den Verein an diesem Tag keine Rolle.

Mein großer Moment kam einen Monat später, als ich gegen den SV Wehen Wiesbaden das Tor schoss, das uns den Sieg brachte. Da konnte ich der Mannschaft zeigen, dass ich wieder voll da bin. Und jetzt am Samstag habe ich das erste Mal seit zwei Jahren, seit meinem Zusammenbruch, wieder von Anfang an gespielt – über 87 Minuten.

Das ist das schöne Happy End einer dramatischen Geschichte. Was haben Sie für Ihre spätere Zukunft vor, wenn Sie z. B. Ende Dreißig sind?

- Ich habe Fachabitur und eine Ausbildung zum Bürokaufmann gemacht. Aber ich will dem Fußball treu bleiben. Entweder werde

Mit dem Defi leben

Wie empfinden die Patienten den Schock, den das Gerät bei Kammerflimmern abgibt? Das ist sehr unterschiedlich. Manche haben dabei nur ein unangenehmes Gefühl. Die Mehrzahl der Patienten empfindet einen mehr oder weniger starken Stoß in der Brust. Manche fühlen sich benommen. Bei 8-10 % der Patienten tritt eine vorübergehende Bewusstlosigkeit auf. Viele Patienten warnt ein Vorgefühl, dass eine elektrische Entladung folgt. Sie haben dann die Möglichkeit, sich darauf vorzubereiten, indem sie sich hinsetzen oder hinlegen.

In der ersten Zeit nach dem Einsetzen eines Defibrillators leben die Patienten oft in einem Zwiespalt. Einerseits haben sie Angst vor dem ersten Elektroschock. Andererseits wissen sie, dass der Defibrillator ihr Leben retten kann. Mit der Zeit gewinnt das Vertrauen in den Defibrillator bei den meisten Patienten die Oberhand. Der Defi ist für sie ein Notarzt, der immer bei ihnen ist.

Aus: *Schutz vor dem plötzlichen Herztod: der Defibrillator in Aus dem Takt – Herzrhythmusstörungen heute* (s. S. 59).

Daniel Engelbrecht ist Schirmherr der Fahrradkampagne Tour mit Herz anlässlich des Europäischen Tags der Herzschwäche 2015, um auf die Wichtigkeit von regelmäßiger Ausdauerbewegung aufmerksam zu machen.



ich Trainer oder ich mache mit einem Freund eine Fußballschule auf, denn ich würde sehr gerne mit Kindern arbeiten.

Schon jetzt engagieren Sie sich für herzkrankte Kinder und Kinder, die Verbrennungen erlitten haben.

■ Ja, Kinder lagen mir einfach immer schon am Herzen. Als ich noch ganz jung war, gerade zehn Jahre alt, habe ich meine zwei kleinen Brüder großgezogen, weil meine Mutter allein war und arbeiten musste. Jetzt haben mich viele Eltern kontaktiert,

deren Kinder Herzprobleme haben, die z.B. einen angeborenen Herzfehler haben, der mehrfach operiert werden muss. Sie haben mich im *Sportstudio* oder bei anderen Auftritten gesehen, und das hat ihnen Hoffnung für die Zukunft ihrer Kinder gegeben. Oft kommen solche Kinder auch zu uns zum Training oder zu den Spielen, und ich sehe das Leuchten in ihren Augen, wenn sie sagen: *Er hat auch was am Herzen und ist sogar Profifußballer.* Das macht mich glücklich.

Interview: Irene Oswald

