

# WENIGER INFEKTE?

**Sind Tennisspieler durch den Stress, dem sie ausgesetzt sind, anfälliger für Atemwegs-Infekte? Und wenn ja, können naturheilkundliche Verfahren wie der Einsatz probiotischer Nahrungsergänzungsmittel zu einer Verbesserung führen? Diese Fragen standen im Mittelpunkt einer Untersuchung in Hessen.**

Von November 2007 bis August 2008 fand in den Räumen des Hessischen Tennis Verbandes in Offenbach eine Untersuchung zum Thema „Stressbedingter Infektanfälligkeiten der oberen Atemwege“ statt. 16 Sportlerinnen und Sportler im Alter von 13 bis 32 Jahren aus dem Kaderteam des Hessischen Tennis-Verbandes bzw. Profispieler aus der ATP- und der WTA-Tour waren für diese Untersuchung gewonnen worden – darunter auch Rainer Schüttler und Sebastian Rieschick.

Man mag sich die Frage stellen, warum gerade Kaderspieler und Profispieler aus der ATP- und der ITF-Jugend und Damen-Tour für solch eine Untersuchung interessant erscheinen. In einer australischen Studie um den Psychologen Dr. Simon Knowles konnte der Zusammenhang zwischen psychischem und physischem Stress und der Verminderung eines im menschlichen Darm lebenden Bakteriums, dem sogenannten Enterococccen spezies, hergestellt

werden. Diese Bakterienart zählt zu den Keimen, die man der sogenannten „Normalflora“ zuordnet. Sie haben unter anderem die Aufgabe, pathogene, also krankmachende Keime zu verdrängen und somit den Menschen gesund zu erhalten. Nimmt dieser Keim in seiner Zahl ab, drohen dem Träger Infekte. Die Studie konnte also anhand einer Darmkeimbestimmung die Stressbelastung von Betroffenen messen.

## Erhöhte Anfälligkeit

Die physische und psychische Belastung von Hochleistungssportlern wie den teilnehmenden Tennisspielerinnen und -spielern ist in einem hohen Bereich angesiedelt. Durch die große Anzahl an Trainingstagen und der gespielten Turniere, bei Kaderspieler ca. 24, bei den Profis ca. 32 pro Jahr und den gegebenenfalls hinzukommenden Zeitverschiebungen durch weite Flüge zu den Turnierorten und nicht zuletzt der Erwartungsdruck der Öffentlichkeit

und der Spieler selbst summieren sich zu einem erheblichen Stress. Dieser Druck führt dann sehr oft zu einer erhöhten Infektanfälligkeit, insbesondere der oberen Atemwege.

Was den australischen Psychologen Knowles in seiner Studie interessierte, war ein labortechnisches Korrelat zu finden, in diesem Fall einen Darmkeim, mit dem man beweisen konnte, dass die psychische und physische Stressbelastung tatsächlich zu einer veränderten Darmflora mit nachgeschalteter Infektanfälligkeit führen könne. Diese Erkenntnis führte zur Untersuchung in Offenbach, die durch uns, die derzeitige, medizinische Fed-Cup-Betreuerin und Heilpraktikerin Petra Winzenhöller und den Mainzer Heilpraktiker Daniel Petrak durchgeführt wurde.

Zu Beginn wurden den teilnehmenden Tennisspielern Blut- und Stuhlproben entnommen, um die australischen Erkenntnisse zu überprüfen und um festzustellen, ob Immundefizite vorlagen.

Beides konnte nahezu lückenlos bestätigt werden. Die Spielerinnen und Spieler wiesen teils erhebliche Verminderungen der Enterococccenstämme im Darm und überdurchschnittlich häufige Infekte der oberen Atemwege auf.

Im Anschluss an die Untersuchungen erhielten die Teilnehmer über einen Zeitraum von dreieinhalb Monaten enterococccenhaltige Probiotika (ProBiotik® Sport), die selbstverständlich auf Dopingrelevanz am Zentrum für Dopingforschung der Deutschen Sporthochschule in Köln untersucht wurden.

Das Ergebnis konnte sich zeigen lassen: Erkrankten die Sportlerinnen und Sportler vor der Anwendungsbeobachtung noch an durchschnittlich 3,1 Infekten im Jahr, so konnte nach dem untersuchten Zeitraum die Infektanfälligkeit auf durchschnittlich 1,4 Infekte pro Jahr gesenkt werden.

*Petra Winzenhöller  
Daniel Petrak*

Weitere Infos:

[www.kraft-der-natur.eu](http://www.kraft-der-natur.eu)  
[www.petrak-abele.de](http://www.petrak-abele.de)



**Auch Rainer Schüttler stellte sich für die Untersuchung zur Verfügung.**