

# Frische Luft, Obst und Globuli

Wie hilft man Spitzensportlern, die kaum Medikamente nehmen dürfen? **Klaus Gerlach** fand die Antwort in der Homöopathie und wurde – trotz aller Kritik daran – ihr großer Fan

**M**it Klaus Gerlachs Patienten ist das so eine Sache. Viele von ihnen sind Spitzensportler, darunter Deutsche Meister, Weltmeister und Olympiasieger. An Fitness mangelt es den Athleten nicht. Bei Husten, Schnupfen, Heiserkeit werden sie aber schnell zum Problemfall: Wegen der strengen Doping-Vorschriften sind klassische Medikamente für Sportler meist tabu. Mediziner Klaus Gerlach kam so vor 30 Jahren zur Homöopathie. Die Kritik an der alternativen Heilmethode findet er falsch. Er ist überzeugt, dass Globuli & Co. wirken. Warum sie das tun, ist ihm nicht so wichtig.

**Herr Dr. Gerlach, als Allgemein- und Sportmediziner helfen Sie vielen Spitzensportlern, gesund durch die Erkältungssaison zu kommen. Haben Sie auch einen Tipp für den Normalo?**

Selbstverständlich. Möglichst viel rausgehen an die frische Luft, um die Schleimhäute feucht zu halten. Sie sind das Einfallstor für Viren und Bakterien. Außerdem empfehle ich viel frisches Obst und Gemüse. **Und was da im Speziellen?**

Ich rate, zu dem zu greifen, was einen anstrahlt und worauf man Lust hat. Denn grob gesagt: Was mich anlächelt, ist gut für mich.

**Ihre Klienten aus dem Spitzensport ernähren sich sicher vorbildlich, und sie sind auch viel draußen. Krank werden die aber doch auch.**

Sie sind sogar besonders gefährdet. Nach sehr intensiven Trainingseinheiten ist die Abwehrkraft bis zu 72 Stunden lang geschwächt und die Anfälligkeit für Erkältungen besonders hoch. Ich sehe meine Aufgabe deswegen auch darin, dem Sportler alles zu ermöglichen, dass er optimale Leistung bringen kann und dabei gesund bleibt. Hier bediene ich mich gerade bei Spitzensportlern gezielt der Homöopathie, schon weil hier wegen der Doping-Vorschriften bei der Behandlung enge Grenzen gesetzt sind. **Sie setzen Homöopathie also ein, weil es keine Alternativen gibt?**

Als klassisch ausgebildeter Mediziner kenne ich die ganze Klaviatur an Medikamenten und Heilmitteln. Ich kann Ihnen sagen, dass klassische Präparate oft nicht besser wirken. Das hat aber sehr viel mit Erfahrung zu tun. Und das gilt natürlich nicht bei allen Krankheitsbildern.



## Arzt mit Nimbus

### Karriere

Klaus Gerlach begann als Sportwissenschaftler und studierte im Anschluss Humanmedizin. Er arbeitete viele Jahre als Mannschaftsarzt von Mainz 05.

### Kultstatus

2001 erlangte Gerlach als Arzt Berühmtheit, als er während eines WM-Qualifikationsspiels Rudi Völlers Vater Kurt nach einem Herzinfarkt das Leben rettete. Völlers war damals Team-Chief der Nationalelf.

**Experten zweifeln am Nutzen von Globuli & Co. Die Mittel seien so verdünnt, dass gar kein Wirkstoff mehr enthalten sein könne. Was halten Sie dagegen?**

Da kann ich nur die Erfahrung gegenhalten. Weil mir nicht ausreichend wissenschaftlich standardisierte Untersuchungen dazu vorliegen. Ich bin darauf angewiesen, was der Sportler mir an Rückmeldung gibt. Wenn er wochenlang seinen Husten nicht loswurde, obwohl er alles Mögliche probiert hat, und mich dann schon einen Tag, nachdem ich ihm etwas Homöopathisches gegeben habe, anruft und sagt: „Mensch, jetzt geht es besser, und ich konnte endlich die erste Nacht mal wieder durchschlafen“, dann ist doch ganz offensichtlich eine Wirkung eingetreten.

**Vielleicht bilden sich die Patienten die Wirkung ja auch ein?**

Darüber wird derzeit sehr viel diskutiert. Auch ganz viele klassische Medikamente haben einen riesigen Placebo-Effekt. Hier sehe ich also keinen Unterschied. Die Feldzüge gegen die Homöopathie sind fachlich nicht begründet. Es ist schon köstlich, dass Biochemiker, die im Leben noch nie einen Patienten gesehen haben, die Erkenntnishöhe für sich beanspruchen.

Wir Ärzte aber sehen unter der Behandlung eben, dass Homöopathie wirkt. Warum, das kann noch kein Mensch abschließend beurteilen. ■

INTERVIEW: PETRA HOLLWEG