

# Spitzensport trotz Herzschwäche

**Daniel Engelbrecht**

*Der 24-jährige Stürmer der Stuttgarter Kickers spielt mit implantiertem Defibrillator Fußball – ein einzigartiger Fall. In Würzburg erzählt der Profi seine Geschichte.*

Von unserem Redaktionsmitglied  
**CHRISTINE JESKE**

**D**aniel Engelbrecht weiß noch genau, wie er sich am 20. Juli 2013 vor dem Spiel gegen Rot-Weiß-Erfurt gefühlt hat: „Super!“ Nichts deutete darauf hin, dass der Fußballprofi der Stuttgarter Kickers 70 Minuten später zusammenbrechen sollte.

„Meine Beine haben plötzlich gezittert“, erzählt der heute 24-Jährige im Würzburger Uniklinikum, an mehr erinnert er sich nicht. „Ich hatte einen Blackout.“ Es war ein Herzstillstand. Später, in der Fernsehaufzeichnung, habe er gesehen, dass er am Boden lag und reanimiert wurde. Da es an diesem Tag sehr heiß war, sei zunächst vermutet worden, ein Hitzschlag könnte der Auslöser für den

*„Ich habe erfahren, wie vergänglich das Leben und wie kostbar ein gesundes Herz ist.“*

**Daniel Engelbrecht,**  
Stürmer bei den Stuttgarter Kickers

Zusammenbruch gewesen sein. Doch nach kurzer Zeit „gingen die Probleme wieder los“, so Engelbrecht. Bei einem Langzeit-EKG sei keine Ursache gefunden worden, sagt Professor Stefan Störk vom Deutschen Zentrum für Herzinsuffizienz am Uniklinikum Würzburg. Erst eine Kernspintuntersuchung habe gezeigt, dass eine Herzmuskelentzündung den durchtrainierten Körper des Fußballprofi lahmlegte. Sie führte zu bleibenden Schäden, zu Herzrhythmusstörungen. „Die Ärzte rieten mir, einen anderen Job zu machen. Ich wollte aber Fußball spielen.“

Noch vor einigen Jahrzehnten gehörte absolute Schonung durchaus zum Behandlungskonzept bei einer Herzschwäche – ein Leben ohne viel Anstrengung und Bewegung. Das gilt heute nicht mehr. Ärzte empfehlen die sportliche Betätigung mit regelmäßiger Bewegung – als Vorbeugung, aber auch bei einer bestehenden Herzschwäche. Doch Fußballspielen? Noch dazu als Spitzensportler in einer Profimannschaft?

Daniel Engelbrecht hat es geschafft. Er tritt wieder an – mit implantiertem Defibrillator



**Herzensangelegenheit:** Fußballprofi Daniel Engelbrecht vor einer Aufnahme seines Brustkorbs, auf der sein Defibrillator zu erkennen ist.

FOTO: GETTY IMAGES

in der Brust und einem vom Orthopäden angepassten Schutzpolster quer über dem Oberkörper. Seine Botschaft lautet: „Nichts ist unmöglich.“ Daniel Engelbrecht verkündet sie nicht nur mündlich, er hat sie auch auf ein T-Shirt drucken lassen. Erstmals trug er es Ende 2014 unter seinem Stuttgarter-Kickers-Trikot. Nach seinem 2:1-Siegtor in der 92. Minute der Drittliga-Partie gegen den SV Wehen Wiesbaden war die Begeisterung grenzenlos. Engelbrecht zog das offizielle Trikot aus und präsentierte seinen Fans im Stadion und den Zuschauern vorm Fernseher voller Freude den Schriftzug auf dem hellblauen Shirt darunter.

Er ist der erste Fußballprofi, der auf dem Rasen mit Defibrillator antritt. Einfach war der Weg jedoch nicht. „Das erste Jahr nach meiner Erkrankung war die schwerste Zeit meines Lebens“, erzählt Engelbrecht. Er konnte keinen Sport treiben. „Ich war in der Lage, gerade mal eine Minute zu gehen, dann zwei Minuten“, erinnert er sich. Im Dezember 2013 wurde ihm der „Defi“ eingesetzt. Am 22. November 2014 stürmte er erstmals wieder für die Stuttgarter Kickers. Dann, in seiner zweiten Partie, gelang ihm sein grandioses Comeback mit Siegtor. Seither steigert er seine Kondition. Momentan schätzt er seine Leistungsfähigkeit auf „90 Prozent“,

Mitte Mai glaubt er, dass er wieder „100 Prozent“ spielen kann.

„Ich habe erfahren, wie vergänglich das Leben und wie kostbar ein gesundes Herz ist“, so Engelbrecht. Deshalb engagiert er sich für andere Herzkranke. So hat er zum Beispiel die Patenschaft für den „Bundesverband Herzkranke Kinder“ übernommen – für ihn eine Herzensangelegenheit. „Es macht mich glücklich, wenn ich kranken Kindern und ihren Eltern Mut machen kann.“ Zudem unterstützt er als Schirmherr die zum zweiten Mal stattfindende nationale Fahrradkampagne „Tour mit Herz“ des Kompetenznetzes Herzinsuffizienz am Deutschen Zentrum für

Herzinsuffizienz. Deshalb kam er eigens nach Würzburg, um zusammen mit dem Würzburger Schirmherrn der „Tour mit Herz“ – Oberbürgermeister Christian Schuchardt – die Unterfranken zur Teilnahme zu motivieren.

Auftakt der „Tour“ war am vergangenen Wochenende in Mannheim während des Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie. Heuer nehmen zwölf Städte teil. An diesem Samstag, 18. April, startet die „Tour mit Herz“ in Würzburg am Vierhörenbrunnen sowie in Bad Kissingen am Steg vom Schweizerhaus (Bismarckstraße 4). Losgeradelt wird jeweils ab 10 Uhr.

## Herzschwäche gilt als Epidemie des 21. Jahrhunderts

*Nach Angaben des Würzburger Spezialisten Professor Stefan Störk gibt es mannigfaltige Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten*

**WÜRZBURG (cj)** Dass auch junge und dazu sportliche Menschen an Herzinsuffizienz erkranken können, zeigt das Beispiel des Fußballspielers Daniel Engelbrecht (siehe oben stehenden Bericht). Meist sind jedoch Ältere von Herzschwäche betroffen. Laut Statistischem Bundesamt betrug im Jahr 2012 das Durchschnittsalter von Frauen in stationärer Behandlung 80, bei Männern 77 Jahre. Herzschwäche gehört den Angaben zufolge zur häufigsten Diagnose bei Krankenhauseinweisungen in Deutschland.

„Sie gilt als Epidemie des 21. Jahrhunderts“, sagt Professor Stefan Störk, wissenschaftlicher Geschäftsführer des Deutschen Zentrums für Herzinsuffizienz (DZHI) am Uniklinikum Würzburg sowie des Kompetenznetzes Herzinsuffizienz. „Allein in Deutschland leiden zwei bis drei Millionen Menschen an ihr, im fortgeschrittenen Stadium kann die Herzschwäche zu massiven Beschwerden bei den Betroffenen führen, sie beeinträchtigt stark ihren Alltag und bedroht ihr Leben.“ Sie sei schlimmer als eine Krebserkrankung, so Störk.

Die positive Nachricht von Professor Störk ist: „Es gibt mannigfaltige Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten.“ Die beste Vorbeugung ist ein gesunder Lebensstil. „Durch eine ausgewogene gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung, geringen Alkoholkonsum und Raucherentwöhnung kann jeder aktiv dazu beitragen, das Risiko einer Herzinsuffizienz einzuschränken.“



**Fahrradtour mit Herz:** Fußballer Daniel Engelbrecht (links) und seine Würzburger Mitstreiter gegen Herzschwäche (von rechts): Christoph Reiners (Ärztlicher Direktor), Heribert Dühmann (Stadtentwicklung), Peter Rost (Herzsport/Unterfranken), Mirko Kirschkowski und Stefan Störk (Herzinsuffizienz-Zentrum), Oberbürgermeister Christian Schuchardt. FOTO: T. MÜLLER

Nach Informationen des Deutschen Zentrums für Herzinsuffizienz – DZHI – am Uniklinikum Würzburg spricht man von einer Herzinsuffizienz (umgangssprachlich Herzschwäche), wenn das Herz den Körper nicht mehr ausreichend mit Blut versorgen kann. Dann kommt es zu einer verminderten körperlichen,

aber auch geistigen Leistungsfähigkeit. Die Medizin unterscheidet die Links- und Rechtsherzinsuffizienz. In dem einen Fall pumpt die linke Herzkammer zu schwach und führt zu einem Sauerstoffdefizit im Körper. Im anderen Fall arbeitet die rechte Herzhälfte nicht mehr richtig. Bei gleichzeitiger

### Tour mit Herz

„Wir treten in die Pedale!“ Unter diesem Motto startet die „Tour mit Herz“ am Samstag, 18. April, jeweils um 10 Uhr in Würzburg (Vierhörenbrunnen) und Bad Kissingen (Steg vom Schweizerhaus). Die Tour ist für weniger geübte Radler geeignet. In Würzburg etwa ist sie rund zwölf Kilometer lang und dauert ungefähr eine Stunde (mit Pausen). Leihräder gibt es, Helme müssen mitgebracht werden.

**Bereits am Freitag, 17. April,** zeigt das Central Programmkinno in Würzburg um 20.30 Uhr den Dokumentarfilm „Pedal the World“ von Felix Starck. Es ist die Geschichte seiner Weltumrundung auf dem Fahrrad.

**Das Zentrum für Innere Medizin** der Uniklinik Würzburg lädt anlässlich des Europäischen Tags der Herzschwäche am 9. Mai von 10 bis 16 Uhr zum Tag der offenen Tür. Info im Internet: [www.knhi.de](http://www.knhi.de)

Links- und Rechtsherzinsuffizienz spricht man von globaler Herzschwäche. Eine weitere Krankheitsvariante beruht auf steifen Herzkammern: der Herzmuskel ist zwar kräftig genug, hat aber seine Elastizität verloren.

Ursachen für eine Herzinsuffizienz gibt es mehrere. Meist ist sie die Folge von anderen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dazu zählen verengte Herzkranzgefäße, Herzinfarkte oder überhöhter Blutdruck. Seltenerer Auslöser können laut DZHI-Angaben Herzmuskelerkrankungen (etwa durch erbliche Genveränderungen, Virusinfektionen, Alkoholmissbrauch), Herzrhythmusstörungen, Herzmuskelentzündungen oder Diabetes sein.

Bei folgenden Symptomen raten Mediziner, unbedingt zum Hausarzt zu gehen: verringerte Belastbarkeit mit Schwächegefühl und Atemnot bei körperlicher Anstrengung, hoher Blutdruck, geschwollene Beine aufgrund von Wassereinlagerungen (Ödeme).

Diese Symptome sind jedoch nicht nur bei einer Herzschwäche typisch, sondern auch bei anderen Erkrankungen. Der Hausarzt entscheidet, ob der Patient für die weitere Behandlung in die Herzschwäche-Ambulanz des DZHI überwiesen wird. Die Behandlung erfolgt medikamentös und/oder durch Herzschrittmacher oder Defibrillatoren, durch chirurgische Eingriffe wie Bypass- oder Herzklappen-Operationen. Bei schwerster Herzinsuffizienz kann eine Herztransplantation nötig sein. Manchmal gelingt es laut DZHI-Info sogar, eine Herzinsuffizienz zu heilen.

Info im Internet: [www.herzschwaeche-info.de](http://www.herzschwaeche-info.de)