

# Was ist schon NORMAL?

## Wie Naturheilkunde und Osteopathie dem Fußballer Robert Rakaric halfen



Die zahlreichen Verletzungen der vergangenen Saison haben keine Spuren hinterlassen. Robert Rakaric kann das machen, was er am meisten liebt: Fußball spielen.

Durch eine Empfehlung kommt Robert Rakaric in Kontakt mit Claudia Rauch. Die Heilpraktikerin und Osteopathin beschert dem verletzungsgeplagten Fußballer des TSV Gräfelfing zweierlei: Heilung und Zeit.

Sein Körper ist voller Narben. Die größten stammen von einem Autounfall vor elf Jahren. Robert Rakaric hat den 16. April 2004 nicht vergessen, weil er jedes Mal an diesen Tag erinnert wird, wenn er in den Spiegel schaut. Der rechte Oberschenkel des Fußballers, der damals für die Amateure der SpVgg Unterhaching in der Bayernliga spielte, war gebrochen. Darüber hinaus litt er an inneren Blutungen, weshalb die Chirurgen sein linkes Bein aufschneiden mussten, um die in Mitleidenschaft gezogenen Nervenstränge zu entfernen. Auch seinen linken Ellenbogen zierte eine Narbe. Der Knochen hatte sich ausgekugelt, die Ärzte hielten schließlich eine Operation für ratsam. Vor zehn Monaten kam noch ein Adduktorenabriss hinzu. Wieder musste das Gewebe seines Beines aufgeschnitten werden.

Man glaubt nicht, dass Rakaric ein Fußballspieler ist. Betrachtet man seinen Körper, sieht er aus wie ein narbenbedeckter Krieger. Die zahlreichen Verletzungen hinterließen nicht nur auf seinem Körper Spuren, sie gruben sich auch mit der Zeit tief in seine Seele ein. Irgendwann hat der Kicker begonnen, seinen Körper nicht mehr zu schonen, sondern ihn

wie einen Sklaven rücksichtslos auszubeuten. Vielleicht hätte Rakaric die Hilferufe seines malträtierten Leibs noch weiter unterdrückt, wenn in der abgelaufenen Saison nicht weitere Verletzungen dazu gekommen wären, die sich letztlich als Segen für ihn erwiesen.

Claudia Rauch, die in der Nähe von Bad Wörishofen als Heilpraktikerin und Osteopathin arbeitet, behandelte nicht nur die aktuellen Verletzungen, die sich der Kicker über die gesamte Saison zuzog, sie gab ihm auch Tipps in Sachen Ernährung und arbeitete mit ihm in einer Kelk-Sitzung sein lähmendes Unfalltrauma auf. „Altlasten klären“, nennt das Rakaric, und eigentlich bedeutet es nichts anderes, als sich und seine Biographie liebevoll anzunehmen.

**13. September 2014** Ein Torwart muss sich Respekt verschaffen. Nach einer Ecke geht Joey Brenner wild entschlossen mit dem Knie voran in den Luftkampf. Nur räumt er keinen Gegner ab, sondern den eigenen Mann. Mit voller Wucht trifft der Keeper den Rücken von Robert Rakaric. Der Gräfelfinger Spielertrainer spürt, wie ein heftiger Schmerz seinen Körper wie ein Blitz durchfährt. Er hält aber bis zum Ende durch und hilft seinem Team noch, den 3:2 Sieg beim SV 1880 München nach Hause zu schaukeln. Die Verletzung stellt sich jedoch als so heftig heraus, dass er sich danach nicht mehr schmerzfrei bewegen kann. Trotzdem beißt er auf die Zähne und steht nur acht Tage später beim 3:1-Erfolg über die FT München gern wieder auf dem Platz.

Nun hat er den Bogen endgültig überspannt. Sein Körper schreit förmlich auf über die schlimmen Tortouren, die er ihm in seinem grenzenlosen Ehrgeiz zumutet. Schließlich hält der Coach die Schmerzen nicht mehr aus und konsultiert Claudia Rauch. Diese diagnostiziert eine Blockade in der Lendenwirbelsäule und löst die Verspannung durch eine chiropraktische Behandlung. Rakaric lässt sich später nochmal nachbehandeln. Zwei Wochen setzt er vorsichtshalber aus, fühlt sich danach aber vollkommen gesund.

**19. Oktober 2014** Robert Rakaric nimmt Maß. Die Freistoßchance ist zu verlockend, um sie sich entgehen zu lassen. Der Ball beschleunigt wie eine Rakete und schlägt zum 2:0 im Gehäuse des FC Viktoria München ein. Es ist sein erstes Saisontor und vorerst sein letztes. Im selben Moment verspürt der Schütze einen brennenden Schmerz im Oberschenkel und wechselt sich sofort aus. Die Mediziner diagnostizieren später einen Adduktorenabriss. Rakaric muss unters Messer. Mitte Oktober ist die Saison für ihn gelaufen. „Ein halbes Jahr Pause Minimum“, prophezeien ihm die Orthopäden Dr. Christian Wimmer und Dr. Alois Engelhardt, die er im Zentrum für Orthopädie und Sportmedizin konsultiert.

Es ist Sonntagnacht, als bei Claudia Rauch das Telefon Sturm klingelt. Am Apparat ist ein völlig aufgelöster Robert Rakaric. Die Heilpraktikerin verordnet ihm als Soforthilfe Arnica Globuli in D12-Potenz, von denen er alle halbe Stunde fünf einnehmen soll. „So haben wir das Trauma gleich abgefangen und die heftigen Schmerzen auf ein erträgliches Maß reduzieren können“, erklärt sie die Maßnahme. Zwei Tage später bestellt sie ihn ein und stellt anhand der Röntgenaufnahme einen Bluterguss fest, der von außen nicht zu sehen ist, sich aber stark nach innen ausgebreitet hat. Rauch setzt drei Blutegel ein. Die Tiere leisten ganze Arbeit. Zwei Stunden lang saugen sie das Blut ab, den Rest übernimmt die Nachblutung. „Anders hätte man ihn nicht gleich operieren können“, erklärt Rauch das Verfahren. Um die Selbstheilungskräfte des lädierten Muskels zusätzlich zu animieren, injiziert sie ihm jeden Tag einen Milliliter Calendula, das Extrakt der Ringelblume, bevor er operiert wird. Der Eingriff verläuft reibungslos. „Es wurde gute Vorarbeit geleistet“, erklären die Ärzte fast schon ein wenig erstaunt.

**Oktober 2014** Robert Rakaric schlägt die Augen auf und kehrt langsam aus der Narkose zurück. Der Blick wandert hinauf zur kahlen Decke seines Zimmers in der Wolfartklinik in



Heilende Hände: Claudia Rauch löst die Muskelverhärtung in Robert Rakaric' Waden, die leicht zu einem Faserriss hätten führen können.

Gräfelfing. In diesem Augenblick ist alles leer in ihm. „Meine Zeit ist vorbei“, zermartert sich der passionierte Kicker den Kopf, obwohl er erst 29 Jahre alt ist. Alles, wofür er gelebt und gelitten hat, verliert auf einem Schlag seinen Sinn. Rakaric glaubt, nie wieder Fußball spielen zu können. Drei Tage verbringt er im Krankenhaus und handelt sich zu allem Überfluss noch einen Magen-Darm-Virus ein. Wieder wendet er sich in seiner Not an Claudia Rauch, die ihm Arsenicum album in einer D12-Konzentration und einen speziellen Tee verordnet, der sich aus Schwarztee, frischem Orangensaft, Salz, Zucker, Zimt und Ingwer zusammensetzt. Die homöopathischen Mittel verfehlen ihre Wirkung nicht. Schon nach zwei Tagen ist der Virus askuriert.

Die eigentliche Arbeit steht Rakaric erst noch bevor. Nun beginnt die Reha, doch Rauch begleitet ihn auch in dieser Phase. Mit einem Mix aus Procain, Vitamin B12 und Traumeel behandelt sie zweimal in der Woche seine Narbe, um die schädliche Säure herauszuholen, die sich in ihr angestaut hat und um den Stoffwechsel wieder anzukurbeln. Damit verhindert sie, dass

sich die Narbe verhärtet, macht sie glatt und geschmeidig.

Es ist noch kalt und die Plätze sind gefroren, als der TSV Gräfelfing am 16. Februar 2015 mit der Vorbereitung auf die Rückrunde beginnt. Rakaric leitet nicht nur die erste Übungsstunde, er trainiert sogar selbst mit. Seit seiner Operation im Oktober sind gerade 144 Tage vergangen. Insgesamt verpasste er nur vier Pflichtspiele seiner Mannschaft. Der Übungsleiter kann den außergewöhnlich schnellen Heilungsverlauf selbst nicht fassen. Seine Heilpraktikerin sagt nur: „Ich weiß nicht, was normal ist.“

**Mai 2015** Der Spielertrainer sieht erst Gelbrot und danach seine Mannschaft mit 2:3 gegen die SpVgg Thalkirchen verlieren. Der Meisterschaftszug ist endgültig abgefahren. Gräfelfing muss in die Relegation, die Anfang Juni beginnt. Wohl ohne Rakaric, der über eine Muskelverhärtung in beiden Beinen klagt. Was er zu diesem Zeitpunkt noch nicht weiß: Die Verletzung ist so gravierend, dass ein Muskelfaserriss droht.

Wieder fährt er ins Allgäu und lässt sich von Rauch behandeln. Die Osteopathin hat inzwischen festgestellt, dass „Leistungssport-



Feinfühlige Finger: Zwei Behandlungen, und die Blockade im Lendenwirbelbereich von Robert Rakaric war gelöst.

ler etwas Besonderes sind“ und daher „der ständige Kontakt wichtig ist“. Rauch vertraut in diesem Fall auf Vitamin B12 und Arnica e' planta tota. Ihre Hände, mit denen sie seine Waden faszial und muskulär behandelt, sorgen für eine schnelle Heilung. Nur eine Woche später spürt Rakaric keine Beschwerden mehr und wechselt sich beim 1:0-Erfolg in Neuhadern 21 Minuten vor Abpfiff ein. Eigentlich war er von einer Zwangspause von mindestens drei Wochen ausgegangen.

**Juni 2015** Die „Wölfe“ gehen als Tabellenzweiter in der Relegation gegen den TSV Moosach mit 0:3 unter und müssen ihre Träume von der Bezirksliga für dieses Jahr begraben. Rakaric absolviert auch diese Begegnung, obwohl er eigentlich mit einer Grippe im Bett hätte liegen bleiben müssen. Aber Rauch hilft seinem Organismus mit speziellen Infusionen wieder auf die Beine. Die Erste besteht aus einem Mix aus Vitamin C, Gripp-Heel und Engystol. Die Zweite aus Vitamin C, Hepa-Loges, Cor-Loges, Toxi-Loges, Veno-Loges und Dysto-Loges. Insgesamt stand Rakaric in 20 von 26 regulären Saisonspielen und zwei Relegationspartien auf dem Platz. Summa summarum bedeuten dies 1779 Minuten. Gemessen an seinen schwerwiegenden Verletzungen ist diese Bilanz unglaublich. „Fünf Monate mindestens hätte ich fehlen müssen“, stellt Rakaric nüchtern fest. Das wäre völlig normal gewesen.

**Christian Heinrich**  
Freier Journalist



christiangorgeinrich@yahoo.de