

# Christophe Lambert ist neuer Verbandsarzt der deutschen Judoka

Der frühere Olympia-Teilnehmer aus Holle hat einiges vor beim DJB: „Mein Ziel ist es, das Verletzungsrisiko der Sportler durch Präventionsmaßnahmen und Risiko-Screenings zu reduzieren“

Von Wolfgang Ernst

**Frankfurt.** Das Präsidium des Deutschen Judo-Bundes (DJB) hat den ehemaligen Holler Top-Judoka und Arzt Christophe Lambert als Verbandsarzt berufen. Ein großes, neues Aufgabenfeld in ehramtlicher Tätigkeit erwartet ihn für die nächsten Jahre.

„Ich will mit meinem Engagement dem Sport etwas zurückgeben. Mein Ziel ist es, neben der sportmedizinischen Betreuung der Athleten bei Wettkämpfen und der Versorgung von Verletzungen das Verletzungsrisiko unserer Sportler durch Präventionsmaßnahmen und Risiko-Screenings zu reduzieren“, sagt Christophe Lambert.

In einer umfangreichen Präsentation hatte er in einer Videokonferenz seine Konzeption vorgestellt und damit das jüngst neu gewählte DJB-Präsidium überzeugt. Bei der Entwicklung seines medizinischen Konzeptes hatten die Erfahrungen aus eigenen Verletzungen einen großen Einfluss.

„Wir haben im Leistungssport häufig mit Verletzungen zu kämpfen. Ich glaube, wir als betreuende Sportärzte müssen uns mehr mit der Frage beschäftigen, wie es in den verschiedenen Sportarten zu einer spezifischen Verletzung kommt“, so Lambert weiter: „Was passiert wie und warum?“ Zugleich müsse neu untersucht werden, ob ein Sportler schon im Vorfeld körperliche Defizite und somit ein erhöhtes Verletzungsrisiko aufweise. Lambert: „Welche Präventionsmaßnahmen sind dann notwendig, um das Risiko zu senken?“

Zusätzlich sollten laut Lambert klare Behandlungspfade festgesetzt werden, wie man einen Sportler im Falle einer Verletzung so sicher wie möglich wieder zurück in den Sport bekomme.

Mit diesen Themen beschäftigt sich der frisch gebackene Verbandsarzt nicht erst seit seiner Ernennung. Bereits zum Ende des Studiums in Köln bekam der Holler die Möglichkeit, sich in der Sportmedizin zu engagieren. Für seine Promotion organisierte er 2013 eine sehr große internationale Studie mit fast 5000 aktiven Judoka über die häufigsten Sportverletzungen. „Wir konnten zeigen, dass die vordere Kreuzbandruptur eine der meisten und schwerwiegendsten Verletzungen im Judo darstellt. Zwei Drittel der Betroffenen konnten nach dieser Verletzung ihr bisheriges Leistungsniveau nicht wieder erreichen“, erklärt der 35-Jährige.

Studien im Profifußball weisen ähnliche Ergebnisse auf. Hier konnten durch erhebliche Investitionen



Christophe Lambert überzeugte das DJB-Präsidium von seinem Konzept.

FOTO: WERNER KAISER (ARCHIV)

die Erforschung und Versorgung von Verletzungen deutlich vorangetrieben werden. Durch gezielte Präventionsmaßnahmen kommen einige Verletzungen nicht mehr so häufig vor.

Lamberts Nominierung zum deutschen Verbandsarzt ist nicht nur als Forschungsauftrag zu verstehen. Seine Hauptaufgabe besteht in der medizinischen Betreuung der Deutschen Judo-National-

mannschaft. Ein Großteil des Teams trainiert am Stützpunkt in Köln und wird wöchentlich von Christophe Lambert und seinem Bruder Maxime (ebenfalls Orthopäde) behandelt.

Bei einer Verletzung wird der direkte Kontakt zu den beiden Ärzten hergestellt und die medizinische Diagnostik unverzüglich am Stützpunkt eingeleitet, um im schlimmsten Fall noch am selben Tag eine

notwendige Operation durchzuführen. Im Leistungssport sei laut Christophe Lambert Zeit immer ein wichtiger Faktor. Bei manchen Verletzungen gebe es oft nur ein bestimmtes Zeitfenster. Sonst kann es sein, dass der Patient womöglich einige Wochen warten muss, um wieder optimale OP-Bedingungen zu haben.

Lambert: „Jeder Sportler hat bei einer Verletzung die Sorge, dass er

seine Position im Kader verlieren könnte und andere an ihm vorbeiziehen. Ich selbst habe entgegen jeden Rats immer viel zu früh wieder angefangen, weil ich die Nominierung für eine Europa- oder Weltmeisterschaft nicht verlieren wollte. Ich sagte einfach, dass ich keine Schmerzen habe und bin dann doch unter Schmerzen auf die Matte.“ Das ist gut zehn Jahre her. Damals fehlten im deutschen Judo einheitliche klare Messkriterien, wann eine Verletzung auskuriert sein könnte.

Durch seine Anstellung im Klinikum Merheim am Lehrstuhl der Universität Witten/Herdecke ist es Christophe Lambert möglich, wissenschaftlich Messkriterien zu untersuchen, die die Rückkehr in den Sport nach Verletzungen von Judoka sicherer machen sollen. Spezielle Sprungtests im gesunden Zustand am Anfang der Saison, dienen als Orientierung für den Stabilitätszustand der unteren Extremitäten. Zudem kann die gemessene Sprungweite Informationen über die Kraft der Athleten geben.

Sollte später eine Verletzung auftreten, dann dienen diese Werte als Orientierung für das Reha-Training und als grünes Licht für die Vollbelastung. Diese und weitere Untersuchungen führt der ehemalige Olympia-Teilnehmer Christophe Lambert zusammen mit seinem Bruder Maxime, der als Verbandsarzt für Nordrhein-Westfalen und ebenfalls im Krankenhaus Köln-Merheim arbeitet, zweimal jährlich bei der Nationalmannschaft durch.

## Viele Erfahrungen in der Schweiz gesammelt

„Ich habe bei meinem 15-monatigen beruflichen Aufenthalt in Basel an einer der führenden Schweizer Kliniken für Sportverletzungen, der Rennbahn Klinik, spannende analytische Methoden kennengelernt, um Verletzungen von Sportlern besser verstehen zu können. In der Schweiz wird ein besonderer Fokus auf die funktionelle Rehabilitation gelegt, und es wird genauestens der Heilungsprozess begleitet und analysiert“, sagt Christophe Lambert.

Er und sein Bruder Maxime Lambert haben noch viele Ideen, wie eine verbesserte Verletzungsbetreuung, Prävention, aber auch Ursachenanalyse über die Mechanismen von Verletzungen aussehen könnte: „Wir wissen einfach noch nicht genug und verstehen immer noch nicht ausreichend, was alles im Körper passiert, warum manche sich schnell verletzen und andere gar nicht, oder warum manche ihre Verletzungen gut auskurieren und andere gar nicht.“