

Das richtige Gefühl in den Händen

Der verletzte Skirennfahrer Mauro Caviezel schwört wie andere Spitzensportler auf den Manualtherapeuten Rolf Fischer. Dessen Methoden klingen alternativ, sind es aber nicht. Sie haben mit viel Körperwissen zu tun. **Von Philipp Bärtsch**

Dieser Therapeut soll seine letzte Hoffnung sein? Mauro Caviezel lag da mit einem kaputten Knie, unfähig, es zu biegen, unfähig, Treppen zu steigen, kurz vor der Sportinvalidität. Und Rolf Fischer, seine letzte Hoffnung, die Skikarriere fortsetzen zu können, behandelte ihn im Rippenbereich. «Wo bin ich denn jetzt gelandet?», habe er sich gefragt. Er sitzt neben Fischer an einem Gartentisch, fast acht Jahre sind seit ihrer ersten Begegnung vergangen. Caviezel trägt am linken Fuss einen Therapiestiefel, der bis unter die Kniekehle reicht. Wieder verletzt, ein Achillessehnenriss, erlitten am 10. Juni im Konditionstraining.

Seither arbeitet Caviezel, der weltbeste Super-G-Fahrer des vergangenen Skiwinters, im Reha-Modus. Er verbringt viel Zeit in der Sportklinik Altius in Rheinfelden, und einmal in der Woche fährt er nach Stansstad, wo Fischer praktiziert. In einer nächsten Phase wird er den Manualtherapeuten mehrmals pro Woche aufsuchen. Caviezel vertraut auf die Schulmedizin, aber vor allem vertraut er Fischer, «meiner wichtigsten medizinischen Bezugsperson». Fischer, 69, begann vor über 40 Jahren als medizinischer Masseur, unzählige Sportlerinnen und Sportler sind im wahren Wortsinn durch seine Hände gegangen. Seine Hände sind seine einzigen Werkzeuge, «nur Hände können ein Gewebe, eine Struktur spüren und wahrnehmen, was da los ist, warum ein Körperteil schmerzt», sagt Fischer.

Zwei Operationen abgesetzt

Fischer behandelt seine Patienten ganzheitlich. Das kann am Anfang zu Irritationen führen, wenn er etwa, wie damals bei Caviezel, im Rippenbereich ansetzt bei einer Knieverletzung. Noch viel verblüffender war für Caviezel allerdings, wie das Problemknie reagierte. «Ich konnte erstmals seit anderthalb Jahren in die Knie gehen.» Caviezel sagte zwei Operationen ab, die bereits geplant waren, um ihn wieder fit für den Alltag zu machen. Den Glauben an eine Rückkehr in den Rennsport hatten seine Ärzte schon aufgegeben, es gab auch Leute, die ihm vor lauter Ratlosigkeit ein Kopfproblem unterstellten.

Ein paar Monate später gab Caviezel das Comeback, und obwohl der Bündner immer wieder gravierende Verletzungen erlitt, schaffte er es an die Weltspitze. Fischer war ein steter Begleiter in all den Jahren, einer, der sich im Hintergrund hielt. Der Berner Oberländer hat in vielen Erfolgsgeschichten eine Rolle gespielt, doch er schlachtet das nicht aus. Er hat keine Homepage, er meidet Journalisten, erst einmal erschien ein grösserer Zeitungsartikel über ihn, 2006, als diverse Fussballnationalspieler des WM-Teams von Köbi Kuhn bei ihm ein- und ausgingen.

Ein Credo von Fischer ist, dass er Operationen wenn immer möglich verhindern will. Bandscheibenoperationen etwa hält er für gänzlich überflüssig. Mit seiner Haltung eckt er an, vor allem bei Chirurgen, die von Operationen leben. Mauro Caviezel hat manche Verletzung ohne Eingriff auskuriert, die andere Athleten unhinterfragt hätten operieren lassen, einen komplizierten Wadenbeinbruch zum Beispiel. Er sagt, er habe in seiner Karriere viel Gegenwind gespürt von Schulmedizinern oder Trainern, er habe ein dickes Fell gebraucht, trotz den Behandlungserfolgen.

Caviezel ist ein rationaler Typ, und Fischer wehrt sich nur schon, wenn man seine Methoden als alternativ bezeichnet. «Das klingt nach Esoterik, nach Räucherstäbchen, nach Hokuspokus», sagt er. «Ich arbeite nicht paramedizinisch, sondern nach naturwissenschaftlichen Erkenntnissen.» Fischer stützt sich auf die Biomechanik, die Biochemie, die Strukturen des Körpers, das Gefühl in seinen Händen und seinen Erfahrungsschatz.

Es gab Zeiten, da stiessen Caviezel und Teamkollegen wie Carlo Janka oder Sandro Viletta, zwei andere verletzungsgeplagte Dauerpatienten, bei Verbandsbetreuern auf grosse Widerstände, weil sie sich von Fischer beraten und therapieren liessen. Die Akzep-



Kniebeugen im Therapiestiefel: Mauro Caviezel trainiert in der Sportklinik Altius. (Rheinfelden, 16. Juli 2020)



Rolf Fischer, 69, Manualtherapeut.

tanz und die Offenheit haben mittlerweile deutlich zugenommen, doch Caviezel sagt, manchmal stosse er immer noch auf eine Abwehrhaltung. Dabei ist er mehrmals erstaunlich rasch und erstaunlich leistungsfähig zurückgekehrt nach Stürzen, Rissen, Brüchen.

Den Achillessehnenriss liess Caviezel operieren, von Lukas Weisskopf, einem renommierten Orthopäden von der Sportklinik Altius. Weisskopf ist ein Vertrauensarzt diverser Skifahrer, von ihm hat auch Rolf Fischer eine hohe Meinung. Weisskopf sagt, er finde die Kombination mit den Methoden von Fischer spannend und wertvoll. «Spezialisten

Es gab Zeiten, da stiess Caviezel bei Verbandsbetreuern auf grosse Widerstände, weil er sich von Fischer beraten und therapieren liess.

wie er beherrschen etwas, was die Schulmedizin nicht fassen und einordnen kann. Aber ich stelle immer wieder fest, dass die Therapie die Heilung befruchtet.»

Achillessehnen sind ein Spezialgebiet von Weisskopf. Wenn er eine gerissene Achillessehne rekonstruiert, verstärkt er sie oft mit der sogenannten Affensehne. Die Affensehne ist ein evolutionsbiologisches Überbleibsel ohne Funktion, sie befindet sich neben der Achillessehne. Die Crux bei der Operation ist, dass die geflickte Sehne stark genug und nicht zu lang wird, weil sie sonst erneut reissen kann oder wegen zu geringer Spannung nicht richtig funktioniert.

Caviezel wartete mit der Operation bis zum sechsten Tag nach dem Unfall. In der Zwischenzeit war er täglich bei Fischer, der das Trauma behandelte und die Funktionalität des Fusses wiederherzustellen begann, um die Reha zu beschleunigen. Die Heilungsdauer bei einem Achillessehnenriss beträgt üblicherweise ein halbes Jahr, Caviezel hofft natürlich, dass es bei ihm schneller geht, wie einst bei den Kollegen Aksel Svindal oder Beat Feuz. Ende November soll die Speed-Saison beginnen, Caviezel will dann startklar sein - für Renneinsätze, nicht erst für eine schrittweise Rückkehr auf den Schnee.

Für dieses Ziel betreibt der 31-Jährige einen Aufwand, als sei er voll im Training. Mehrmals pro Woche fährt Caviezel nach Rheinfelden, wo Weisskopf mit Partnern eines der führenden sportmedizinischen Zentren der Schweiz betreibt. Zu den Partnern gehört Felix Zimmermann, der Leiter der Physiotherapie. Viele Athleten absolvieren bei ihm die Reha, nachdem sie von einem der Altius-Ärzte operiert worden sind. Caviezel verbringt jeweils bis zu drei Stunden im Zentrum, zuerst wird er von Zimmermann behandelt, dann trainiert er selbständig weiter. Weisskopf schaut regel-

mässig vorbei, die Wege sind kurz, der Austausch ist intensiv.

Wie der Therapiestiefel hilft

Caviezel liegt gerade auf dem Schragen, und Zimmermann erklärt während der Therapie-stunde, wie er die Wundheilung kontrolliert, wie er die operierte Sehne stimuliert, um die Elastizität wiederherzustellen, wie er Verspannungen löst, damit sein Patient die Muskulatur bei den anschliessenden Übungen besser ansteuern kann. Und er erklärt den Zweck des Therapiestiefels, wie der eingelegte Keil die Sehne entlastet, wie dieser Keil mit der Zeit immer flacher wird, bis sich die Prozedur mit keilförmigen Einlagen in Turnschuhen wiederholt. Etwa drei Monate verstreichen zwischen der Operation und den Turnschuhen. Je weiter der Genesungsprozess voranschreitet, desto mehr kann Caviezel wieder mit dem langjährigen Konditionstrainer Tom Jäger arbeiten, einer anderen Schlüsselfigur im Betreuerstab.

Rolf Fischer, der einst selber ein ambitionierter Skirennfahrer war, animiert rekonvaleszente Sportler früher wieder zu starken Belastungen als mancher Trainer. «Irgendwann erreicht man den Punkt, an dem der Athlet zwar noch nicht beschwerdefrei ist, aber kein Schaden mehr entsteht», sagt er. Caviezel erinnert sich, wie ihm Fischer trotz dem arg lädierten Knie Joggen empfahl. «Jeder andere sagte, das dürfe ich auf keinen Fall.» Caviezel joggte, zuerst mehr schlecht als recht, bald ziemlich rund. Einmal legte ihm Fischer einen Skifahrversuch ans Herz, Caviezel schaffte es wegen der Schmerzen kaum in die Bindung, aber das Herumkurven klappte dann ganz gut.

Auch eine Reha ist ein Rennen. Mauro Caviezel will schnell sein und keine Fehler machen, wie auf der Piste. Er tut alles dafür. Konventionelles. Und Unkonventionelles.

Prominente Patienten



Franz Heinzer
Rolf Fischer hat auch diverse Skirennfahrer früherer Generationen behandelt, etwa Franz Heinzer, den Abfahrtsweltmeister von 1991.



Mats Gren
Ab Mitte der neunziger Jahre arbeitete Fischer vor allem mit Fussballern, zum Beispiel mit zahlreichen GC-Spielern wie dem Schweden Mats Gren.



Carlo Janka
Er war der erste Fischer-Kunde der heutigen Skifahrer-Generation. Als 2017 ein Kreuzband riss, verzichtete Janka auf eine Operation.