

## **Alphonso Davies: Schock-Verletzung! Kreuzbandriss bei Nationalspiel!**

Alphonso Davies erlitt einen schweren Kreuzbandriss im Nationalspiel gegen die USA. Seine Rehabilitation und mentale Stärke stehen im Fokus.

**Innsbruck, Österreich** - Alphonso Davies, der talentierte Außenverteidiger des FC Bayern München, hat sich vor etwa einem Monat eine schwere Knieverletzung zugezogen. Bei einem Länderspiel der kanadischen Nationalmannschaft gegen die USA kam es in der sechsten Spielminute zu einem folgenschweren Foul durch Patrick Agyemang, das für Davies fatale Konsequenzen hatte. Er erlitt einen Kreuzbandriss und einen Knorpelschaden im rechten Knie, eine Kombination, die häufig zu langen Ausfallzeiten führt. In einem persönlichen Statement beschrieb Davies die Verletzung als sehr schmerzhaft und fühlte sofort, dass es ernst war. Trotz zunächst erfolgter Behandlungspause musste er schließlich einsehen, dass er nicht weitermachen konnte, was sich als emotionaler Rückschlag für den Spieler erwies. Nach der Verletzung kehrte er nach München zurück und unterzog sich in Innsbruck einem operativen Eingriff. Aktuell versucht der Spieler, trotz der widrigen Umstände, optimistisch zu bleiben und hebt hervor, dass Verletzungen leider Teil des Sports sind. **Krone berichtet.**

Diese Verletzung stellt nicht nur für Davies, sondern auch für den FC Bayern München einen herben Rückschlag dar. Die Bayern sind durch diesen Ausfall gezwungen, ihre Verteidigungsstrategien neu zu überdenken. Wie **Focus** berichtet, bleibt abzuwarten, wie sich die Mannschaft ohne ihren Schlüsselspieler entwickeln wird.

# Psychologische Aspekte einer schweren Verletzung

Die Psyche spielt eine entscheidende Rolle in der Rehabilitation von Sportverletzungen. Kim Kulig, eine ehemalige Fußball-Nationalspieler, deren Karriere durch wiederholte Knieverletzungen beendet wurde, hat umfassende Erfahrungen mit der psychischen Belastung von Verletzungen. Kulig betont, dass während ihrer Rehabilitationsphasen keine psychologische Unterstützung bereitgestellt wurde und dies eine falsche Entscheidung war. Ihre Erfahrungen verdeutlichen, wie wichtig eine umfassende Betreuung in den Phasen der Verletzung und Genesung ist. Sie ermutigt verletzte Sportler, ihre Situation schnell zu akzeptieren und sich auf kleine, erreichbare Ziele zu konzentrieren, um den Heilungsprozess zu unterstützen. **DW** beschreibt, dass laut einem VBG-Report von 2021 die Verletzungsgefahr im Fußball überproportional hoch ist, mit durchschnittlich 2,5 Verletzungen pro Spieler pro Saison und einem besonders hohen Anteil an Knieverletzungen.

Ebenfalls hat eine Umfrage unter nordamerikanischen Sportmedizinern gezeigt, dass 95% der Befragten psychologische Tests für wichtig halten, aber nur 35% diese routinemäßig anwenden. Dies unterstreicht einen signifikanten Missstand in der sportlichen Betreuung. Kulig hebt hervor, dass auch Rückfälle während der Rehabilitation häufig sind, und dass eine realistische Einschätzung der Situation notwendig ist. Verletzte Spieler benötigen nicht nur physische Unterstützung, sondern auch mentale Motivation, um die Herausforderungen der Genesung zu meistern.

Details	
<b>Ort</b>	Innsbruck, Österreich
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.krone.at">www.krone.at</a></li><li>• <a href="http://www.focus.de">www.focus.de</a></li><li>• <a href="http://www.dw.com">www.dw.com</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**