

# Mit Sport zurück ins Leben

Jana Schmidt räumte bei den Weltmeisterschaften der Behinderten in Neuseeland ab / Leichtathletik veränderte gleich zweimal ihr Leben

**WAREN/MÜRITZ** Einseitig oberschenkelamputiert steht auf Jana Schmidts Startpass. Klar, denkt man, diese taffe Frau mit dem fieschen Kurzhaarschnitt und den Tattoos auf Armen und Schultern war wohl beim Motorradfahren in einer Kurve zu schnell unterwegs. Und tatsächlich trieb sich Jana Schmidt gern auf Biker-Treffen herum, bevor ihr rechtes Bein vollkommen versteifte. Doch ihr Leben veränderte sich nicht durch diese Leidenschaft, sondern durch eine andere. Und das gleich zweimal. Erst ging es bergab, dann wieder bergauf.

Es ist der 11. Dezember 2003 – daran erinnert sich Schmidt noch wie an ihren letzten Urlaub –, als die damals 31-jährige Trainerin des LAV Waren/Müritz ihren kleinen Nachwuchs-Leichtathleten den Tiefstart aus dem Block zeigen will. „Ich war nicht warm und bin hingeflogen. Es war nicht weiter schlimm, ich hatte eine Schürfwunde am rechten Knie. Aber danach habe ich weiter trainiert“, erzählt sie, ohne dabei irgendwie traurig zu wirken. Zu Hause wird das Knie dann richtig dick und blau. Doch erst drei Tage und eine Shoppingtour in Berlin später humpelt Jana Schmidt zum Arzt. Kreuzbänder, Innen- und Außenbänder – alle gerissen. Wegen des kleinen Kratzers kann der Mediziner nicht sofort operieren. Die anschließend sich entwickelnde Thrombose im rechten Bein verhindert schließlich bis zum Sommer 2004, dass die Leichtathletin unters Messer kommt. Solange wird das Bein ruhig gestellt.



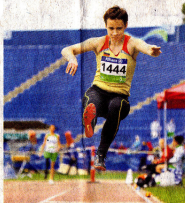
**Der Startblock** veränderte gewissermaßen das Leben von Jana Schmidt. Nach einem Sturz ist ihr rechtes Bein steif. Beim 100-Meter-Lauf und beim Weitsprung muss sie es immer ganz umständlich hinter sich herziehen. „Sollen die Ärzte es mir doch abnehmen“, sagt die 38-Jährige. „Dann hätte ich wenigstens keine Rückenschmerzen mehr, und mit einer Prothese könnte ich viel besser und schneller laufen.“

FOTO: KAREN HACKE

## „Ich bin mit dem Taxi nach Hause und habe mich eingebuddelt“

Seitdem ist es steif, heute mehr noch als damals. Die Physiotherapien und die vielen Stunden in der Schwimmhalle haben nichts gebracht. „Am Anfang“, sagt die heute 38-Jährige trocken, „dachte ich ja noch, das wird wieder. Aber im November 2004 habe ich mich einem Spezialisten in Berlin vorgestellt. Der stellte die Diagnose: Morbus Sudeck (siehe links - d. Red.). Ich bin mit dem Taxi nach Hause und habe mich eingebuddelt.“ Über ein Jahr lang.

Bis ihr Mann Andreas nicht mehr mit ansehen konnte, wie sehr sich seine Frau zurückzog. 2006 informierte er sich über Behindertensport-Möglichkeiten und wurde fündig. Doch Jana Schmidt war anfangs wenig begeistert: „Ich konnte lange nicht mit meiner Behinderung umgehen. Das Wort durfte niemand in den Mund nehmen. Ich hatte schon ein Problem damit, mich überhaupt zu zeigen.“ Doch sie gab sich einen Ruck. Vielleicht ihrem Mann zuliebe, mit dem sie seit 16 Jahren verheiratet ist. Vielleicht auch sich selbst zulie-



**Weitsprung macht Jana Schmidt** eigentlich gar nicht gern. Doch bei der WM in Christchurch ist sie dennoch angetreten, weil Wurf-Bundestrainerin Steffi Nerius sie darum gebeten hat. „Ich habe es gemacht, damit der Weitsprung für die F42 in London noch stattfinden kann“, erzählt Schmidt, die mit Platz fünf belohnt wurde. FOTO: PRIVAT

be. Denn im Nachhinein weiß sie, dass es eine Art Therapie für ihre Seele war.

Ein Sportarzt stufte die gebürtige Teterowerin schließlich in die Schadensklasse T/F 42 (siehe links) ein: einseitig überschenkelamputiert. Das stimmt zwar faktisch nicht, doch es kommt ihrer Situation am nächsten. Und von nun an ging es bergauf. Am Vormittag absolviert sie bis heute ein Krafttraining zu Hause in Klocks in. Am Nachmittag geht die Frührentnerin in die Turnhalle, be-

treut den Nachwuchs und dann ihre eigene Fitness. „Ich freue mich schon auf April. Dann können wir endlich wieder raus. Immer nur Liegestütze, Stabilisationsübungen und Medizinbälle geht einem auf Dauer auf den Zünder“, scherzt Schmidt. Coach Ines Müller aus Grimmen guckt regelmäßig auf ihre Technik. Vor allem im Kugelstoßen. Da ist Jana Schmidt Spezialistin.

## Anfang 2011 Wechsel zum 1. LAV Rostock

Seit Anfang des Jahres startet sie für den 1. LAV Rostock, um dadurch eine bessere finanzielle Förderung zu erhalten. Die weiten Reisen zu den Spitzensportwettkämpfen nach Peking (Paralympics 2008) oder ins neuseeländische Christchurch (WM 2011) lassen sich nicht aus der Portokasse bezahlen. Schmidt dankte es ihrem neuen Verein vor wenigen Wochen mit dem Vize-Weltmeistertitel über 100 Meter in deutscher Rekordzeit sowie mit Platz fünf im Kugelstoßen, der für sie allerdings eine Enttäuschung war.

Mittlerweile kann sie mit ihrer Behinderung so gut umgehen, dass sie sich und die anderen Gehandicapten auch gerne mal auf die Schippe nimmt. „Ohne Humor geht es nicht“, weiß die gelernte Anlagentechnikerin und erzählt aus dem Witze-Repertoire der Behindertensportler: „Zwergen-Weitwurf sagen wir, wenn die Kleinwüchsigen dran

sind. Ein Blinder muss sich von uns anhören: Mach die Augen auf.“ Es sei eher ein liebevolles Necken als ein gehässiger Spruch. Man glaubt es ihr sofort.

Sportlich gesehen hat Jana Schmidt mittlerweile fast alles erreicht. In ihrem Schrank hängen zwei Goldmedaillen (100 m, Speer) und eine Silberne (Kugel) von der WM 2009 in Indien. Außerdem etliches Edelmetall von den Deutschen Meisterschaften. In der Welttrangliste belegt sie derzeit jeweils Position vier über 100 m und beim Kugelstoßen. Und auch bei den Olympischen Spielen der Behinderten war sie schon. In Peking wurde sie Fünfte (Kugel) und Sechste (Speer). Im Januar kam die genannte Silbermedaille bei der WM in Christchurch dazu. Schon damals, erzählt sie, habe dort übrigens leicht die Erde gewackelt.

Alles, was der 38-Jährigen jetzt noch zu fehlen scheint, ist der Sieg bei den Paralympics in London 2012. „Die Normen für die Teilnahme stehen noch nicht fest. Aber ich hoffe, dass ich sie erfüllen kann“, sagt Schmidt ehrgeizig. Und wenn sie es nach England schafft, dann kommt sicher ein echtes Tattoo auf ihrem Körper dazu. Bisher zieren unter anderem eine Elfe, ein Panther und der Name ihres Sohnes Martin Arme, Schultern und linke Wade. Aber neben dem Logo der Spiele in Peking ist noch Platz - für das Symbol der Wettkämpfe in London. *Karen Hacke*

## Hintergrund

### **Die Krankheit: Morbus Sudeck**

Morbus Sudeck, auch bekannt unter der Bezeichnung „Komplexes regionales Schmerzsyndrom“, gehört zu den neurologisch-orthopädisch-traumatologischen Erkrankungen.

Kennzeichnend für dieses Leiden sind sich entwickelnde Fehlwüchse oder Verkümmierungen von Gliedmaßenabschnitten nach äußerer Einwirkung wie zum Beispiel Traumen, Operationen oder Entzündungen.

Symptome sind Durchblutungsstörungen, Ödeme, Hautveränderungen, Schmerzen und schließlich Funktionseinschränkungen. Weil diese Beschwerden anfangs unspezifisch sind, kann sich die Diagnosestellung arg verzögern. Ebenso ist der Krankheitsverlauf individuell stark unterschiedlich, wobei mit nicht unerheblichen Einschränkungen der Lebensqualität zu rechnen ist.

Ursächlich für Morbus Sudeck ist wahrscheinlich ein gestörter Heilungsverlauf des betroffenen Gewebes.

# Klassifizierung: System im Behindertensport

Eine Klassifizierung im Behindertensport ist notwendig, um sicherzustellen, dass sich die Athleten gerecht miteinander vergleichen. Sie ist allerdings umstritten.

Die Behindertensportler werden in fünf Oberklassen und bis zu neun Unterklassen unterteilt. Menschen mit geistigen Behinderungen sind vom Internationalen Paralympischen Komitee (IPC) ausgeschlossen. Je größer die Klassennummer in der Leichtathletik, desto geringer ist der Grad der Behinderung.

Klassen 11 bis 13: Sehbehinderungen,

Klasse 20: geistige Behinderung (nicht bei den Paralympics vertreten),

Klassen 32 bis 38: frühkindliche Hirnschädigungen (Cerebralparetiker),

Klassen 42 bis 46: Amputierte und andere Körperbehinderte („Les Autres“),

Klassen 51 bis 58: Rückenmarkverletzte.

Der Buchstabe „T“ (= Track) vor der Nummer bezeichnet Bahn-Wettbewerbe (Laufen, Fahren), der Buchstabe „F“ (= Field) die technischen Disziplinen (Springen, Werfen).

Mit einem Punktesystem werden verschiedene Behinderungsklassen möglichst gerecht zusammengewertet. Damit kann trotz differenzierter Behinderungsarten ein Wettkampf innerhalb einer Kategorie stattfinden, um möglichst überschaubare und zugleich sportlich faire Ergebnisse zu erhalten.