

Patient des Monats

Rückenzentrum RFZ im Gewerbepark

sv. Lou Helmig spielt Baseball, seit er drei Jahre alt ist. Kein Wunder, denn sein Vater ist kein anderer als Martin Helmig, eine Baseball-Legende, ehemaliger Nationalspieler, Nationalmannschaftstrainer und derzeit Trainer der Guggenberger Legionäre, mit denen er im Sommer den Deutschlandpokal Baseball nach Regensburg geholt hat.

Seit 2022 lebt Lou Helmig in den USA, wurde als Nachwuchstalent von den Philadelphia Phillies in der Minor League unter Vertrag genommen. Für die deutsche U23 Nationalmannschaft spielt er nach wie vor. Auch Anfang August in Österreich. „Es war das Spiel gegen Großbritannien. Beim Sliden auf die zweite Base verletzte ich mir die linke Schulter.“ Diagnose: Schulterluxation mit Labrumriss.

Lou bekam schnell einen OP-Termin und konnte dann reibungslos im RFZ mit der Nachbehandlung beginnen. „Krankengymnastik, Manuelle Therapie, Lymphdrainage – es war super, dass ich das alles hier im RFZ in Anspruch nehmen konnte. Das Team hat es möglich gemacht, dass ich sofort bestens betreut wurde. Ich komme drei Mal in der Woche. Meine Therapeuten wissen genau, was zu tun ist, damit ich als Sportler schnell wieder aufs Feld komme.“

Was ihm besonders gefällt ist, dass das RFZ über einen großen Trainingsraum verfügt. „Ich konnte trotz der vorerst ruhig

gestellten Schulter sofort mit meinem Training für die Beine und für meine Rumpf- und Nackenmuskulatur beginnen. Das war mir wichtig, um die Zeit sinnvoll zu nutzen und mich fit zu halten, während die Schulter heilt. Meine Therapeutin hat mich in den speziellen Geräten super betreut.“

Lou Helmig geht es richtig gut. Die Schultertherapie läuft nach Plan. „Jetzt bin ich soweit, dass Philipp Weishaupt mir ein spezielles Krafttrainingsprogramm zusammengestellt hat und mit mir trainiert. Das Programm dient nicht nur der Schulterrehabilitation, sondern ist genau auf das Beanspruchungsprofil eines Baseballers zugeschnitten. Damit kann ich mich jetzt im Winter auf die nächste Saison vorbereiten. Ich wusste schon, warum ich die Therapie im RFZ machen wollte – diese intensive Betreuung ist einzigartig.“

Das RFZ ist ein Therapiezentrum, in dem Physio- und Trainingstherapie eng aufeinander abgestimmt werden. Dies kommt den Patienten zugute, die zum Beispiel mit Rücken- oder Kniebeschwerden in die Therapie kommen und ist der Grund dafür, dass das RFZ Therapie- und Trainingszentrum vieler Sportverbände und -vereine in und um Regensburg ist.

Mehr Infos gibt es auf www.rfz-regensburg.de, unter Telefon (0941) 49596 und auf den Social-Media-Kanälen Instagram und Facebook.



Baseball-Talent Lou Helmig ist begeistert von der Physiotherapie und dem Training im RFZ.

Foto: Röder