



No pain, no gain? Playing hurt und Schmerzmittleinsatz im Spitzensport

09. Mai 2025, Dr. Jannika John, XIX. Jahrestagung der DOSB-Sportphysiotherapie



Womit er [Bennet Wiegert] nicht hatte rechnen können, war Gisli Kristjanssons Einsatz. Der isländische Spielmacher hatte sich am Samstag die Wurf Schulter ausgekugelt, lief 24 Stunden später aber unter Schmerzmitteln auf. Wiegert hatte ihm den Einsatz verbieten wollen. Doch unter Zuhilfenahme der Ärzte überzeugte der Spieler seinen Trainer. Als Wiegert Gewissheit bekam, die Verletzung könne „nicht schlimmer“ werden, ließ er ihn gewähren – später wurde er zum wertvollsten Spieler der Champions-League-Saison gekürt.

Quelle: F.A.Z.; 19.06.2023; Heike, Frank

„Es ging eigentlich fast gar nichts, das muss ich sagen. Die Schulter tut jetzt sehr weh. Ich weiß nicht, wie lange ich ausfalle und ob ich eine Schulteroperation brauche oder nicht. Aber das ist es alles wert. Einfach geil.“
Quelle: WELT; Zitat: Gisli Kristjansson; 19.06.2023

„Ich habe jetzt so viel Schmerzmittel in meiner Schulter drin. Eigentlich ist unser Arzt der MVP, ich dachte wirklich, dass ich heute gar nicht spielen kann“
Quelle: WELT; Zitat: Gisli Kristjansson; 19.06.2023



Gliederung

- Gesundheit im Spitzensport
 - Kultur des Risikos
 - Playing Hurt und Schmerzmittel
- Situation des medizinischen Personals im Spitzensport
- Umgang mit Playing Hurt in der Physiotherapie
 - Herausforderungen und Dilemmata aus der physiotherapeutischen Praxis
 - Ansatzpunkte



Zum Nachdenken...

„Ja Gesundheit bedeutet eigentlich schon, dass man einfach seine Leistung abrufen kann.“

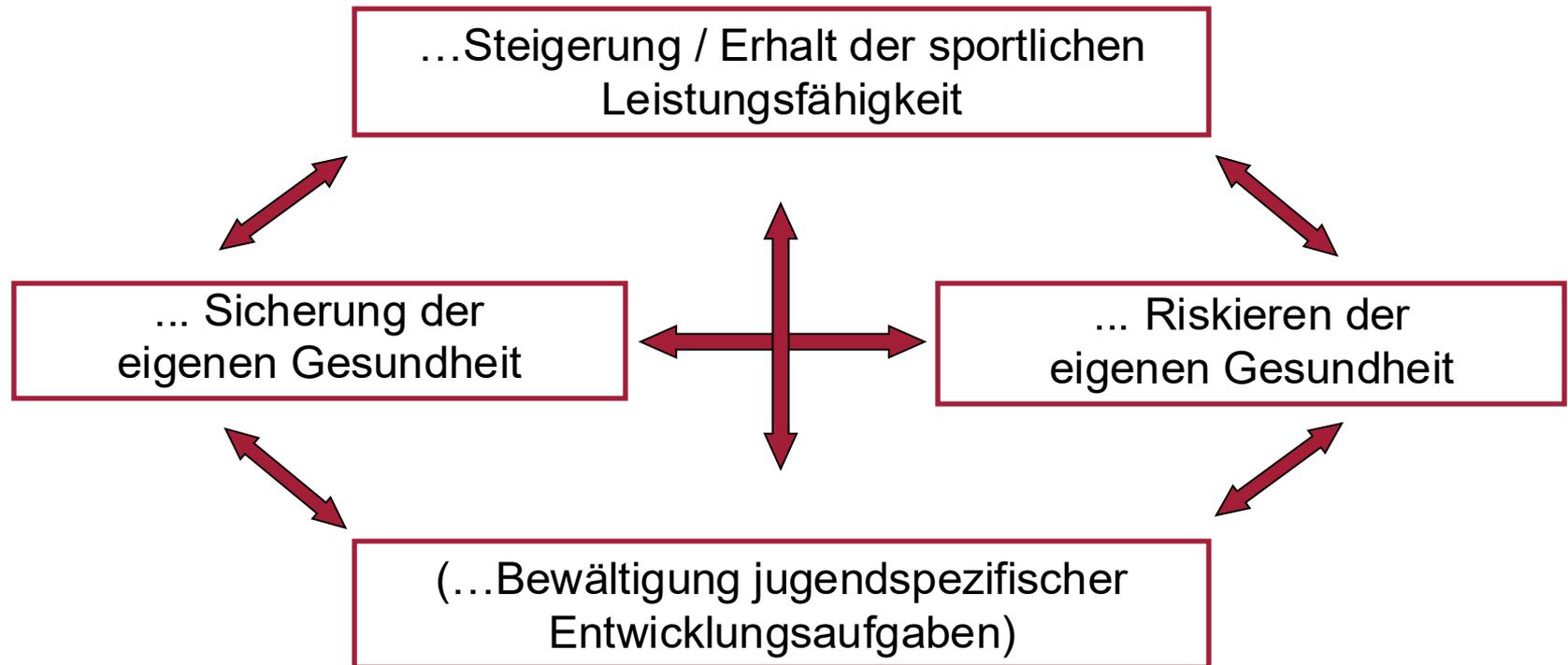
„Schmerzmittel, das kann ein Vor- und ein Nachteil sein. Man muss es gut abwägen. Das ist ein Dilemma. Da sind wir wieder beim: Es ist kein Gesundheitssport. Wir versuchen die Maschine trotzdem zum Laufen zu bringen, auch mit einem Überwinden der normalen Grenzen.“

„Also grundsätzlich ist es, ich bin da vielleicht auch ein bisschen hart, aber für mich schließt Gesundheit und Profisport, schließen sich grundsätzlich aus per se.“



Gesundheit im Spitzensport

Spitzensportler*innen im Spannungsfeld zwischen ...



John & Thiel, 2022b; John, Wachsmuth et al., 2024; Thiel et al., 2015



Kultur des Risikos im Spitzensport

Trainieren und Wettkämpfen bei Schmerzen oder Beschwerden

„Also ich find Schmerzen gehören schon dazu. Klar wünscht man sich das nicht, aber in irgendeiner Weise gehört es dazu, weil in jedem Sport gibt's Verletzungen, in jedem Sport hat man Schmerzen. Ich find schon, dass es dazugehört.“

Playing hurt = Teilnahme an Training und Wettkampf bei i) Schmerzen, ii) Verletzungen, iii) Krankheit



Kultur des Risikos im Spitzensport

Kultur des Risikos

„sozial geteilte und grundlegende Bereitschaft, gesundheitliche Beschwerden als normales Nebenprodukt des Leistungssports zu akzeptieren und sowohl hohe Verletzungsrisiken als auch Schmerzen in Kauf zu nehmen“ (Thiel et al., 2018, S.159)



Kultur des Risikos im Spitzensport

Inkaufnahme gesundheitlicher Folgeschäden

Bei den jugendlichen Topathlet*innen wären:



Ca. 25% grundsätzlich bereit, für einen Weltmeistertitel eine Lebenszeitverkürzung von 30 Jahren in Kauf zu nehmen

Bei den erwachsenen Spitzenathlet*innen wären:



Knapp 50% grundsätzlich dazu bereit, für einen Weltmeistertitel eine Lebenszeitverkürzung von 30 Jahren in Kauf zu nehmen



Knapp 30% grundsätzlich dazu bereit, für den spitzensportlichen Erfolg auf lebenslange Gesundheit zu verzichten



Playing Hurt und Schmerzmittel im Spitzensport

Trainieren und Wettkämpfen bei Schmerzen oder Beschwerden



Für 25,8 % der Athlet*innen stellt eine Erkältung mit Fieber keinen Grund für eine Wettkampfabgabe dar.



15,6% der Athlet*innen sind bereit, auch gegen die Verordnung des Arztes an einem Wettkampf teilzunehmen.



42,1% der Athlet*innen sind bereit, auch mit Schmerzmitteln an Training und Wettkampf teilzunehmen.



Playing Hurt und Schmerzmittel im Spitzensport

Schmerzmitteleinsatz im (Nachwuchs-)Spitzensport

NSAR-Prävalenz von 7-93% unter 15-24 jährigen Athlet:innen (Pedersen et al., 2022)

- An jedem 10. Trainingstag, an jedem 5. Wettkampftag (John et al., 2023)
- Alter und Geschlecht als mögliche Risikofaktoren (Pedersen et al., 2022; John et al., 2023; Bursik et al., 2024)



Playing Hurt und Schmerzmittel im Spitzensport

Schmerzmittleinsatz im (Nachwuchs-)Spitzensport

Gründe für sportbezogenen Schmerzmittelkonsum (Bursik et al., 2024; John et al., 2024; Pedersen et al., 2022;)

- Behandlung sportbezogener Schmerzen
- Maskierung von bestehenden oder antizipierten Schmerzen für Sportteilnahme
- Leistungssteigerung



Playing Hurt und Schmerzmittel im Spitzensport

Psychosoziale Einflussfaktoren auf Playing Hurt

Persönlichkeits-
eigenschaften

Angst vor
Konsequenzen

Sich fürs Team
verantwortlich
fühlen

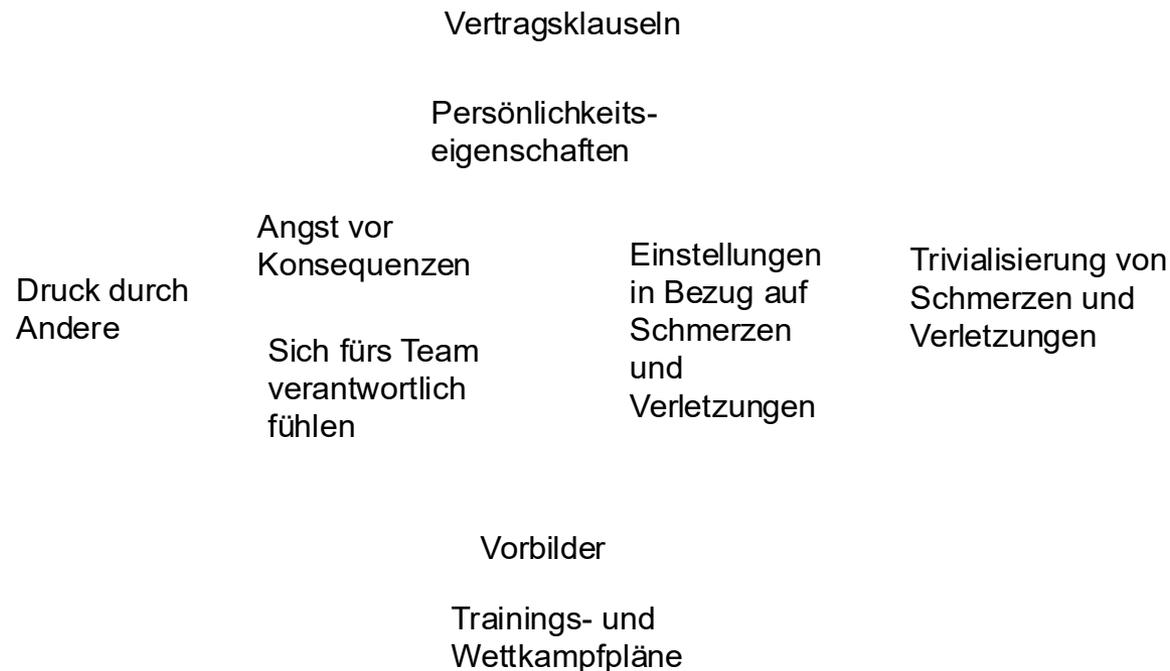
Einstellungen
in Bezug auf
Schmerzen
und
Verletzungen

Vorbilder



Playing Hurt und Schmerzmittel im Spitzensport

Psychosoziale Einflussfaktoren auf Playing Hurt

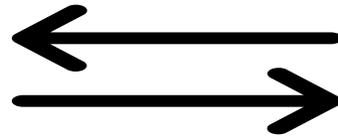


Bursik et al., 2025



Situation des medizinischen Personals

Die Rolle des medizinischen Personals in der Kultur des Risikos



Vermittlerfunktion

Kultur des
Risikos

Kultur der
Vorsicht

Malcolm, 2006; Malcolm, 2011; Safai, 2003; Roderick, 2006; Thiel et al., 2018



Situation des medizinischen Personals

Herausforderungen des medizinischen Personals im Spitzensport

In Abhängigkeit von der organisatorischen Integration

Doppelte Loyalitäten

Schwierigkeit eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen

Phänomen des „Doktor/Physio (S)Hoppings“

AlHashmi et al., 2024; Calandrillo, 2005; Malcolm, 2011; Safai, 2003; Thiel et al., 2018



Umgang mit Playing Hurt in der Physiotherapie

Herausforderungen und Dilemmata aus der (sport)physiotherapeutischen Praxis

„Da haben wir Final Four gespielt in Hamburg, also DHB-Pokal. Und zwei Wochen vorher bricht sich ein Spieler die Mittelhand Nicht-Wurfhand, wird operiert, normalerweise sechs Wochen weg ungefähr, fünf bis sechs Wochen. Und der wollte natürlich unbedingt dieses Spiel, das Spiel seines Lebens, unbedingt spielen.“



Umgang mit Playing Hurt in der Physiotherapie

Herausforderungen und Dilemmata aus der (sport)physiotherapeutischen Praxis

„Wenn da eine Spielerin ist, die Schmerzen hat. Und ich sie eigentlich lieber nicht spielen lassen würde. Ich aber auch weiß, dass ihr Vertrag bald ausläuft und das Spiel super entscheidend dafür ist, dass ihr Vertrag verlängert wird.“



Umgang mit Playing Hurt in der Physiotherapie

Herausforderungen und Dilemmata aus der (sport)physiotherapeutischen Praxis

„Wenn da ein Spieler vor dem WM-Finale ein Zwicken in der Wade spürt. Ich weiß, das müssten wir eigentlich abklären. Aber der Spieler sagt, es geht schon. Wir haben auch keine Zeit. Und der Trainer will natürlich auch, dass der spielt.“

John et al., in Vorbereitung; Reussner et al., in Vorbereitung; Wooding & Prior, 2023



Umgang mit Playing Hurt in der Physiotherapie

Aufbau einer **vertrauensvollen Beziehung** zum Sportler durch Zeigen von Interesse an ihm/ihr als Menschen, Empathie, Verschwiegenheit

Entwicklung und Kommunikation von **Entscheidungsregeln** mit allen Beteiligten (Sportler, Trainer, Ärzte, Physios)

Kritische Selbstreflektion (In welchen Abhängigkeiten befinde ich mich? Habe ich wirklich keine andere Wahl?)



Danke.

Kontakt:

Dr. Jannika John

Institut für Sportwissenschaft

Wilhelmstraße 124, 72074 Tübingen

Telefon: +49 7071 29-72654

jannika.john@uni-tuebingen.de



Literatur

- AlHashmi, R., Pocock, M., Channon, A., & Matthews, C. R. (2024). A typological understanding of medical support in sport: What do we know and what's next?. *International Review for the Sociology of Sport*, 10126902241297422.
- Bursik, J., Mayer, J., Thiel, A., & John, J.M. (2025). The role of psychosocial factors in performing hurt: A systematic review covering the high-performance domains of sports, music, and dance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-25. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2025.2450791>
- Calandrillo, S. P. (2005). Sports medicine conflicts: Team physicians vs. athlete-patients. *Louis ULJ*, 50(1), 185.
- Diehl, K., Mayer, J., Thiel, A., Zipfel, S., & Schneider, S. (2019). „Playing hurt“: der Umgang jugendlicher Leistungssportler mit Gelenkschmerzen. *Der Schmerz*, 33(1), 49-56. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s00482-017-0263-5>
- Greenfield, B. H., & West, C. R. (2012). Ethical issues in sports medicine: a review and justification for ethical decision making and reasoning. *Sports health*, 4(6), 475-479.
- John, J. M., & Thiel, A. (2022a). All roads lead to Rome? Talent narratives of elite athletes, musicians, and mathematicians. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2074078>
- John, J. M., & Thiel, A. (2022b). Talent as a social construction: Proposing a system theoretical conceptualization of athletic talent. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11618-022-01110-2>
- John, J.M., Wachsmuth, S., & Thiel, A. (2024). “Either or” or “as well as”: Exploring the relation between health and performance throughout the career pathways of elite athletes, musicians, and mathematicians. *Sport, Exercise and Performance Psychology*. <https://doi.org/10.1037/spy0000370>



Literatur

- Malcolm, D. (2006). Unprofessional practice? The status and power of sport physicians. *Sociology of sport journal*, 23(4), 376-395.
- Malcolm, D. (2011). Sport medicine, injured athletes and Norbert Elias's sociology of knowledge. *Sociology of Sport Journal*, 28(3), 284–302. <https://doi.org/10.1123/ssj.28.3.284>
- Mayer, J., Giel, K. E., Malcolm, D., Schneider, S., Diehl, K., Zipfel, S., & Thiel, A. (2018). Compete or rest? Willingness to compete hurt among adolescent elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 35, 143–150. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.12.004>
- Mayer, J., & Thiel, A. (2018). Presenteeism in the elite sports workplace: The willingness to compete hurt among German elite handball and track and field athletes. *International Review for the Sociology of Sport*, 53(1), 49-68.
- Nixon, H. (1992). A social network analysis of influences on athletes to play with pain and injuries. *Journal of Sport and Social Issues*, 16(2), 127–135. <https://doi.org/10.1177/019372359201600208>
- Nixon, H. (1993). Accepting the risks of pain and injury in sport: Mediated cultural influences on playing hurt. *Sociology of Sport Journal*, 10(2), 183–196. <https://doi.org/10.1123/ssj.10.2.183>
- Nixon, H. (1994). Social pressure, social support, and help seeking for pain and injuries in college sports networks. *Journal of Sport and Social Issues*, 18(4), 340–355. <https://doi.org/10.1177/019372394018004004>
- Roderick, M. (2006). Adding insult to injury: workplace injury in English professional football. *Sociology of Health & Illness*, 28(1), 76-97.



Literatur

- Roderick, M., Waddington, I., & Parker, G. (2000). Playing hurt: Managing injuries in English professional football. *International Review for the Sociology of Sport*, 35(2), 165-180. <https://doi.org/10.1177/101269000035002003>
- Safai, P. (2003). Healing the body in the “culture of risk”: Examining the negotiation of treatment between sport medicine clinicians and injured athletes in Canadian intercollegiate sport. *Sociology of Sport Journal*, 20(2), 127–146. <https://doi.org/10.1123/ssj.20.2.127>
- Schneider, S., Sauer, J., Berrische, G., Löbel, C., & Schmitt, H. (2019). “Playing hurt”– competitive sport despite being injured or in pain. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*(2), 43-52. <https://doi.org/https://doi.org/10.5960/dzsm.2019.365>
- Schnell, A., Mayer, J., Diehl, K., Zipfel, S., & Thiel, A. (2014). Giving everything for athletic success! – Sports-specific risk acceptance of elite adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 165-172. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.012>
- Schubring, A., Halltén, M., Barker-Ruchti, N., & Post, A. (2023). Balancing risk-taking and self-care: The ecology of athlete health behaviour during the Olympic qualification phase. *International Review for the Sociology of Sport*, 58(8), 1326–1348. <https://doi.org/10.1177/10126902231168098>
- Schubring, A., & Thiel, A. (2016). Health-related gender boundary crossing in youth elite sport. *Sport in Society*, 19(5), 695–710. <https://doi.org/10.1080/17430437.2015.1073948>
- Thiel, A., Diehl, K., Giel, K. E., Schnell, A., Schubring, A., Mayer, J., Zipfel, S., & Schneider, S. (2011). The German Young Olympic Athletes' Lifestyle and Health Management Study (GOAL Study): Design of a mixed-method study. *BMC Public Health* 410, 410(11).



Literatur

- Thiel, A., Schubring, A., Schneider, S., Zipfel, S., & Mayer, J. (2015). Health in elite sports-a” bio- psycho-social” perspective. *German Journal of Sports Medicine/Deutsche Zeitschrift Fur Sportmedizin*, 66(9), 241–247. <https://doi.org/10.5960/dzsm.2015.194>
- Thiel, A., Seiberth, K., & Mayer, J. (2018). *Sportsoziologie: Ein Lehrbuch in 13 Lektionen*. Meyer & Meyer Verlag.
- Wooding, C. B., & Prior, R. F. (2023). No regrets: Former collegiate student-athletes’ reflections on regret. *Journal of Applied Sport Psychology*, 35(2), 136-154.