

«ICH SPÜRE BIS HEUTE EIN STECHEN IN DER BRUST»

Dario Thoma in guten Zeiten:
Der Profi-Mountainbiker leidet
unter den Spätfolgen einer
Covid-19-Erkrankung.



© EGO-PROMOTION

Special Offer



Back to sports

Wieder fit werden nach einer Verletzung oder einer Krankheit? Wir haben das Programm für eine wahrhafte Regeneration.

Was Sie erwartet:

- Wiedererlangen der Leistungsfähigkeit nach einer Verletzung, einem Unfall oder Krankheit
- Wissen, welche Art sportlicher Betätigung Ihr Körper toleriert und braucht
- Festigkeit von Knochen, Sehnen und Bändern erhöhen
- Abbau von Medikamenten

5 TAGE FÜR CHF 4'599.-

pro Person inkl. Übernachtung mit Frühstück

resortragaz.ch/back-to-sports

You can find all information in english online:
resortragaz.ch/en/back-to-sports

Jung, sportlich, trainiert – Trotzdem hat eine Covid-19-Erkrankung den Profi-Mountainbiker Dario Thoma im vergangenen Jahr vom Rad gezogen. Er kämpft bis heute mit den Spätfolgen. Im Medizinischen Zentrum Bad Ragaz erhält er Unterstützung.

Angefangen hat alles im Oktober 2020, mit einem positiven Corona-Test und den für die Erkrankung typischen Symptomen: Starke Müdigkeit, leichte Halsschmerzen sowie Geschmacks- und Geruchsverlust. Nach geregelter Isolation sollte es für Dario Thoma wortwörtlich wieder bergauf gehen. Doch dem war nicht so. Der Profi-Mountainbiker erlitt einen Verlauf mit Spätfolgen. «Ich spüre Monate nach der eigentlichen Erkrankung immer noch einen Druck und ein Stechen im Brustbereich, das sich bis in den Arm zieht.» Problematisch für einen jungen Athleten, der tagtäglich auf seinem Bike sitzt. Aber nicht nur bei sportlicher Tätigkeit, auch im Alltag zeigen sich die Beschwerden. «Es ist unterschiedlich, wann und wie lange ich diesen Druck verspüre. Manchmal geht es mir tagelang gut, bevor wieder ein Schub der Symptome über mich einbricht», erklärt Thoma. Noch Wochen nach Abklingen der ersten Symptome bringt eine lockere Ausfahrt den Mountainbiker an seine körperlichen Grenzen. Ein Auslöser ist für den Mountainbiker nicht zu erkennen. An einer medizinischen Abklärung führte kein Weg vorbei. Er entschied sich deshalb im November 2020 Hilfe zu suchen. Im Medizinischen Zentrum Bad Ragaz wurde er schliesslich fündig. →

Young, athletic and well-trained

– three aspects that describe the 24-year-old Dario Thoma. And yet, the professional mountain biker was floored by Covid-19 last year, and the long-term effects he experiences caused him to consult the specialists at the Medical Center Bad Ragaz in the search for a solution. So far, however, the mountain biker is still working on finding out the cause of his problem, and his search continues.

«Ich bin zwar wieder auf dem Bike, erbringe jedoch niemals dieselben Leistungen wie vor Corona»

SPÄTFOLGEN SIND NICHT ABZUSCHÄTZEN

Dr. med. Christian Schlegel, wie gefährdet sind junge Herzen für Langzeitschäden nach Covid-19?

Diesbezüglich haben wir bis anhin keine verlässlichen Daten, da der Beobachtungszeitraum zu kurz ist. Dies können wir erst in circa zwei bis drei Jahren schlüssiger beurteilen. Gesichert ist aber, dass im Gegensatz zu einer normalen Grippe bei einer Covid-19-Erkrankung längerdauernde Probleme am Herz oder der Lunge auch bei jungen Sportlern auftreten können.

Was sind die obersten Ziele der ersten Abklärung nach einer Covid-19-Erkrankung?

Ziel der Abklärung ist, dass der Patient ohne Gefahr wieder in seinen Sport einsteigen kann. Deshalb sind wir mit der Freigabe für sportliche Tätigkeiten zurückhaltend. Erst wenn der Patient vollständig beschwerdefrei ist und er auch einen normalen Belastungstest absolviert hat, kann er wieder in den Leistungssport einsteigen. Falls zu früh belastet wird, könnten möglicherweise gefährliche

Herzrhythmusstörungen auftreten. Diesbezüglich wissen wir aber bis anhin zu wenig, als dass wir das Risiko genau einschätzen könnten.

Profi-Sportler sind von Beginn an konditionstechnisch anders aufgebaut als Nicht-Sportler. Unterscheidet sich die Corona-Abklärung im Medizinischen Zentrum in solchen Fällen?

Profisportler haben natürlich eine deutlich höhere Leistungsfähigkeit. Das Prinzip des stufenweisen Wiedereinstieges nach Verschwinden der Symptome unterscheidet sich aber nicht von einem Nicht-Sportler. Die vorgegebenen Abklärungsschritte sind aber im Leistungssport aufwendiger, da sich der Sportler in seinem Beruf sehr oft an der absoluten Limite der körperlichen Leistungsfähigkeit bewegt.



Dr. med. Christian Schlegel ist Chefarzt der Clinic Bad Ragaz (muskuloskelettale Rehabilitation) und Facharzt FMH für physikalische Medizin.



Die Ergospirometrie ist ein Verfahren, das im Medizinischen Zentrum Bad Ragaz angewendet wird, um Herzfrequenz, Blutdruck und Atemfrequenz bei körperlicher Belastung zu messen.

Mit dem Sportmediziner Christian Schlegel holte er sich einen ausgewiesenen Experten an die Seite. «Der Austausch mit Dr. Schlegel und den weiteren Fachärzten aus dem Medizinischen Zentrum ist enorm hilfreich. Besonders weil ich von den Kompetenzen des Swiss Olympic Medical Center profitieren kann, das dort integriert ist», sagt Thoma. Die Ärzte untersuchten den jungen Sportler auf Herz und Nieren – jedoch ohne schlüssiges Ergebnis. Medizinisch gesehen, ist Thoma kerngesund. Laufend versucht der junge Sportler nun mit Unterstützung der Ärzte seinen Trainingsumfang wieder zu steigern. Jedoch ist er bei intensiver Kraftanstrengung noch zurückhaltend. «Ich bin zwar wieder auf dem Bike, erbringe jedoch niemals dieselben Leistungen wie vor Corona.» Mittlerweile ist Thoma auf dem Weg der Besserung. Auch lange und extensive Trainingseinheiten liegen wieder drin. Trotzdem: «Da die Symptome immer wieder zurückkommen und wir noch keine Ursache gefunden haben, kann ich mein Training nur sehr schwer planen.» Nicht nur das Krafttraining fehlt dem Sportler, auch seine Kondition leidet unter den Symptomen. «Momentan kann ich leider nicht an Rennen denken», sagt Thoma gefasst. «Mir geht es aber in erster Linie darum, die Ursache zu finden und keine weiteren Probleme hervorzurufen.» Sobald diese Hürde gemeistert ist, setzt der Sportler alles daran, schnellstmöglich wieder Rennen zu fahren. An Motivation und Durchhaltewillen mangelt es ihm definitiv nicht.

Thoma is working hard and pushing himself further every day. He is well on the road to recovery, with longer and more intense training sessions now posing less of a problem for him. Still, he is determined to discover the cause of his problem – and definitely has no lack of motivation and perseverance!