

# Männer fragen BRIGITTE

## Diesmal, pünktlich zur EM: elf deutsche Fußballer



Ein Elfmeterschießen ist aufregend, und am Ende gewinnt Deutschland sowieso – aber der 29-Jährige sollte uns dieses Spektakel bei der EM doch bitte ersparen. Er kann so etwas, schließlich gilt der Spieler von Meister Bayern München als einer der besten Stürmer der Welt

**Miroslav Klose, Sturm:**  
**Liebe Brigitte, wer hat eigentlich das Elfmeterschießen erfunden?**

Lieber Miro Klose, es war ein Mann, der bei Ihnen um die Ecke wohnt, fast jedenfalls. Karl Wald heißt er, lebt in Penzberg in Oberbayern, ist heute 92 Jahre alt und war mal Friseur. Und Schiedsrichter, ein guter sogar, der in den höchsten deutschen Spielklassen gepfiffen hat. Eines fand er dabei immer ungerecht: Ging es im DFB- oder Europapokal unentschieden aus, wurde der Sieger per Münzwurf ermittelt. Wald hatte eine Idee, die er 1970 auf kleiner Bühne ausprobierte: Als es in einem unterklassigen Pokalspiel zwischen Bad Tölz und Benediktbeuern am Ende unentschieden stand, pfiff er auf das Regelbuch und schlug den verblüfften Mannschaften statt des Münzwurfs ein Elfmeterschießen vor – fünf Schützen für jede Mannschaft, bei Gleichstand wird bis zur Entscheidung mit je einem weitergemacht. Die Idee kam an. Wald brachte das Elfmeterschießen als Antrag beim Bayerischen Fußballverband ein und setzte sich durch. Rasch übernahm der DFB das Modell, dann die UEFA, schließlich der Weltverband FIFA – von einem

Kleinstadtrasen in Bad Tölz hatte die Idee eines Friseurs in Windeseile die Fußball-Welt erobert. Was für eine Ironie, dass ausgerechnet ein Bayer das erste Opfer dieser Regel wurde: Uli Hoeneß, damals Spieler des FC Bayern München, heute dort Manager, jagte im EM-Finale 1976 den entscheidenden Elfer in den Belgrader Nachthimmel, die Tschechoslowakei wurde Europameister. Machen Sie es diesmal bitte besser als Ihr Boss. Grüße in die rechte obere Ecke, Ihre BRIGITTE

**Bastian Schweinsteiger, linkes Mittelfeld:**  
**Und warum, liebe Brigitte, verliert England jedes Elfmeterschießen?**

Lieber Bastian Schweinsteiger, jedes Elfmeterschießen hat England nun doch nicht verloren: 1996 bei der EM im eigenen Land siegten die Briten im Viertelfinale gegen Spanien. (Um im Spiel darauf gegen Deutschland auszuschneiden – nach Elfmeterschießen.) Tatsächlich lautet die klägliche Bilanz der Engländer 1:5; bei den Weltmeisterschaften 1990, 1998 und 2006 sowie den EM-Turnieren 1996 und 2004 flogen sie auf diese bittere Weise raus. Woran das liegt? Nun ja: Fußballer sind extrem abergläubisch, und spätestens nach dem zweiten verlorenen Elferschießen in Folge meint man als Kicker einen Fluch zu erkennen. Die Engländer gehen also schon mit vollen Hosen zum Punkt. Das Verlieren des Elfmeterschießens ist inzwischen in das englische Brauchtum eingegangen wie Fünf-Uhr-Tee und Minzsoße, den Spielern fehlt einfach die Vorstellungskraft, dass es anders sein könnte. Außerdem hat es auf der Insel in den letzten 40 Jahren keinen richtig guten Torwart mehr gegeben – anders als bei uns, wo Torhüter seit Toni Turek 1954 immer Idole waren. In England nie. Deshalb haben englische Schützen auch einen Heidenrespekt vor den Torwarten anderer Nationen, sagte einst Peter Ustinov: „Die Engländer sehen beim Elfmeterschießen immer nur den Torwart. Die Deutschen dagegen sehen nur das Tor.“ Reicht Ihnen das auch gleich als Erklärung, warum Deutschland jedes Elfmeterschießen gewinnt? Hofft jedenfalls Ihre BRIGITTE

Für den 23-Jährigen aus dem oberbayerischen Kolbermoor sind elf Meter eigentlich zu wenig – der Mittelfeldspieler des FC Bayern ist ein Spezialist für hundsgeimene Fernschüsse. Ob die aus dem Deutschen Meister auch noch einen Europameister machen?



**Lukas Podolski, Sturm:**  
**Liebe Brigitte, wie behandelt man am besten den Kater nach einer Siegesfeier?**

Lieber Lukas Podolski, Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel und Durst – so äußert sich die Veisalgia, wie der Kater medizinisch heißt. So weit, so bekannt. Wissenschaftlich sind die Ursachen eines Katers aber noch gar nicht hinreichend erforscht. Eine Theorie macht den Flüssigkeitsverlust im Körper durch Blockung des Hormons Vasopressin verantwortlich, eine weitere das Zellgift Acetaldehyd, eine andere hält Fuselalkohole, die Geruch und Geschmack eines Getränks beeinflussen, für das Übel des Katzenjammers. Da die Erklärungsansätze bunt sind, ist es schwierig, das wirksamste Gegenmittel zu finden. Jeffrey G. Wiese, Professor in New Orleans, geht nach dem Sichten von 108 Fachartikeln davon aus, dass reichliche Flüssigkeitszufuhr in Form von Wasser die Symptome lindert. Ein nährstoffreiches Frühstück mit Rollmops und Pellkartoffeln hält Ernährungswissenschaftler Harald Seitz für hilfreich. In einer Studie wurde die Einnahme von Vitamin B<sub>6</sub> empfohlen. Außerdem soll Honig wunderbar einen Kater mildern. Der wirksamste Schutz bleibt natürlich nach wie vor der Verzicht auf Alkohol – als Nichttrinker wissen Sie das ja. Aber wir wollten auch keine Spaßverderber sein. Prost! Ihre BRIGITTE

Der 23-Jährige ist der beste Beweis dafür, dass man auch ohne Alkohol fröhlich sein kann: Der selbsterklärte Antialkoholiker gilt als Spaßvogel. Im vergangenen Jahr hatte er mehrfach Grund, lustig und trocken zu feiern: Er wurde zum ersten Mal Vater – und mit dem FC Bayern München Deutscher Meister und Pokalsieger



**Finn Hohwieler, Allrounder:**  
**Liebe Brigitte, welcher Mensch besitzt die meisten Tiere auf der Welt?**

Lieber Finn Hohwieler, fangen wir mal mit der Arche Noah an. Es gibt Experten, die tatsächlich berechnet haben wollen, dass Noah es schaffte, ein Boot für rund 145 000 Tiere zu bauen. Das muss ihm erst mal einer nachmachen. Und heute? Du wirst mit Deiner Frage wohl weniger an den Chef der deutschen Frühstücksei GmbH gedacht haben, der sich mal eben 10 Millionen Hennen zur Eierproduktion hält. Und das ganz sicher nicht in behaglichen Freigehegen. Die gibt es dafür in Berlin.

Ob da wohl Neid eine Rolle spielt? Der Siebenjährige aus Hamburg hat nämlich kein einziges Tier. Dafür aber einen ausgeprägten Torriecher, der ihn zu einer unverzichtbaren Stütze der F-Jugend von Altona 93 macht

Und der Berliner Zoo, mit Zoo-West, Tierpark-Ost und Aquarium, hat insgesamt über 23 000 Tiere zu bieten. Direktor Bernhard Blaszkiewicz ist sich ganz sicher: Sein Zoo hat die meisten Tiere auf der ganzen Welt. Hast Du etwa den Ehrgeiz, mehr Tiere zu besitzen? Oder willst Du doch lieber bei der EM 2020 mitspielen? Viel Erfolg bei beidem wünscht Dir in jedem Fall Deine BRIGITTE

**Benny Reichert, Abwehr:**  
**Liebe Brigitte, wie gefährlich ist eine Fußballkarriere?**

Lieber Benny Reichert, saugefährlich. Schon allein körperlich: Die wenigsten Fußballer überstehen ihre Karriere ohne schwere Schäden. Fast jeder Torwart hat's mit 40 an der Hüfte, die Feldspieler plagen sich mit den Folgen von Bänderissen, Knorpelschäden, Brüchen und der allgemeinen Abnutzung, die dieser Leistungssport mit sich bringt. Karlheinz Förster zum Beispiel, einst Abwehrspieler der deutschen Nationalmannschaft, hat sich wegen chronischer Schmerzen sein Fußgelenk versteifen lassen. Von seinem Profi-Geld hat er sich wenigstens eine Existenz jenseits des Fußballs aufgebaut. Das können nicht viele. Mit Mitte 30 ist die Karriere in der Regel vorbei. Etwa 100 Spieler hören nach jeder Saison auf, nur neun können von dem leben, was sie als Profi erwirtschaftet haben, 25 Prozent sind nach dem Schlusspfiff pleite. Und weil es nicht unendlich viele Trainer- oder Managerjobs gibt, leben einige ehemalige Bundesliga-Profis inzwischen von Hartz IV. Keine schönen Nachrichten. Aber Sie wollten es ja wissen. Alles Gute! Ihre BRIGITTE

Der 25-jährige Berufsfußballer ist Kapitän von Rot-Weiß Oberhausen und spielte letzte Saison in der Regionalliga. Im Januar verletzte er sich am Knie und musste feststellen: Fußballkarrieren hängen am seidenen Faden



Fotos: action press, dpa, Imago, Patrick Ohtlischläger, Dominik Asbach



**Der 43-jährige Berliner ist Autor grandioser Bücher („Helden wie wir“, „Wie es leuchtet“). Und Ex-Fußball-Nationalspieler: Mit der von ihm gegründeten Nationalmannschaft der Literaten wurde er 2006 Vizeweltmeister**

**Thomas Brussig, Abwehr: Liebe Brigitte, was passiert genau, wenn man niest?**

**Lieber Thomas Brussig,** stellen Sie sich vor, Sie bekommen Staub in die Nase. Die Fremdkörper reizen die Nasenschleimhaut, es kribbelt, Sie niesen. Das Niesen ist ein Abwehr- und Reinigungsreflex, den man gut am Wort „Hatschi“ veranschaulichen kann. Zunächst atmen wir tief ein, bis viel Luft in der Lunge ist („Haaa...“). Bauch- und Brustmuskeln ziehen sich krampfartig zusammen, das Zwerchfell drückt nach oben – die Luft wird wieder aus der Lunge gepresst. Dabei wird das Gaumensegel so angehoben, dass die Luft nicht durch den Mund, sondern durch die Nase hinausgepusetet wird („... tshi“). „Und zwar mit einer Geschwindigkeit, die durchaus Orkanstärke erreichen kann“, sagt Michael Deeg vom Berufsverband der deutschen Hals-Nasen-Ohren-Ärzte. Das sind bis zu 180 Stundenkilometer. „Der heftige Luftstoß soll Fremdkörper aus der Nase befördern und hilft bei einer Erkältung, den Nasen- und Nasenrachenraum von Schleim zu befreien.“ Also: Immer raus damit! *Ihre BRIGITTE*

**Uwe Rotter, rechtes Mittelfeld: Liebe Brigitte, früher sprach man immer vom „runden Leder“ – woraus sind Bälle heutzutage gemacht?**

**Lieber Uwe Rotter,** ein richtiger Lederball war früher schon was Feines. Allerdings hatte das Material einen Nachteil. „Ein Lederball wird mit der Zeit rissig und nimmt Nässe und Schmutz auf, er wird im Laufe des Spiels erheblich schwerer. Ein Kunststoffball dagegen behält sein Gewicht bei, ist so für den Spieler besser zu beherrschen, deutlich pflegeleichter und länger haltbar“, erklärt Stefanie Wittmann, Sprecherin von Adidas. Die Firma hat den Ball für alle Fußballweltmeisterschaften seit 1970 entwickelt und auch den „Europass“, der bei der EM über den Rasen rollt. Der erste vollsynthetische WM-Fußball, der „Azteca“, wurde 1986 in Mexiko eingeführt. Mit dem „Roteiro“ kam 2004 erstmals ein EM-Ball auf den Markt, der nicht mehr vernäht, sondern unter Hitzeeinwirkung verklebt wurde. Er besteht aus dem Kunststoff Polyurethan mit Millionen gasgefüllten Mikrokügelchen. Echtes Hightech-Material also. Mehr Tore als früher werden damit aber auch nicht geschossen. *Ihre BRIGITTE*



**Der 43-Jährige ist noch mit Lederbällen aufgewachsen. Der Soziologe aus Buxtehude arbeitet als Arbeitsvermittler. Sein Job auf dem Platz: Tore schießen für den SV Ottensen in einer Altersklasse, die sich „Alt-Senioren“ nennt**



**Der FC St. Pauli spielt eine große Rolle im Leben des 36-Jährigen: Er ist Fan, Autor im Fanzine „Übersteiger“, macht eine Ausbildung im Kartencenter des Vereins und spielt in der 4. Herrenmannschaft des Kiezclubs. Wovon der Vater eines drei Monate alten Sohnes aber Angst hat, weiß nur er allein**

**Nils Pelster, defensives Mittelfeld: Liebe Brigitte, was ist Angst, und wie lässt sie sich überwinden?**

**Lieber Nils Pelster,** empfinden Sie Angst als etwas Lästiges, das Sie loswerden möchten? Müssen Sie eigentlich nicht. Normale Angst tut gar nicht weh. Im Gegenteil, sie schützt den Menschen vor Gefahren. Warum wohl haben Ihre Eltern so viel Zeit darauf verwendet, Sie vor dem Herunterspringen von meterhohen Klettergerüsten oder dem Betreten einer Autobahn zu warnen? Korrekter wäre es übrigens zu sagen, man habe „Furcht“ vor etwas. Furcht hat einen konkreten Auslöser, Angst wirkt dagegen diffus. Sie ist ein Gefühl. Was Sie als unangenehm empfinden, können die körperlichen Symptome sein, die auftreten, wenn man eine Situation als gefährlich einschätzt. Unser Herz beginnt zu rasen, wir atmen schneller, die Muskeln spannen sich an, wir bekommen schweißnasse Hände. Der Körper schüttet Stresshormone aus, die zum Kampf oder zur Flucht mobilisieren sollen. Solange die Angst im richtigen Verhältnis zur Gefahr steht, ist alles paletti. Bei etwa 15 Prozent der erwachsenen Deutschen ist das leider nicht der Fall. Sie haben auch dann Angst, wenn objektiv gesehen gar nichts los ist. Diese Menschen leiden unter irrationalen Angststörungen, die sich zu handfesten Phobien zuspitzen können: vor Spinnen, der Nacht, Wasser, freien Plätzen – gut 530 Auslöser („trigger“) kennt die Medizin. Dagegen hilft nur der Gang zum Therapeuten. Gemessen daran ist die Angst des Tormannes vor dem Elfmeter doch wirklich harmlos, oder? *Ihre BRIGITTE*



In seiner Jugend hat der 24-Jährige mit Lukas Podolski gespielt. Der ist bei der EM dabei, der Versicherungskaufmann im Innendienst hat dagegen gerade eine Saison in der Verbandsliga Mittelrhein hinter sich. Dafür spielt er bei einem einzigartigen Club: Fortuna Köln ist der erste Verein in Deutschland, der basisdemokratisch von Fans geführt wird

**Daniel Blankenheim, zentrales Mittelfeld:**  
**Liebe Brigitte, warum trinken im Flugzeug so viele Leute Tomatensaft, auf der Erde aber nicht?**

Lieber Daniel Blankenheim, laut Verband der deutschen Fruchtsaftindustrie verbrauchen die Deutschen etwa 40 Millionen Liter Tomatensaft im Jahr. Davon genießen sie nur 1,5 Millionen Liter über den Wolken. Trotzdem kennen wir alle diese Szene: Kaum hat ein Gast im Flieger Tomatensaft bestellt, geht eine Welle durch die Kabine: „Ich auch!“ Sogar von Leuten, die nach eigenen Aussagen so etwas sonst nur auf Rezept trinken. Warum? Darauf gibt es keine definitive Antwort. Manche Ernährungsexperten mutmaßen, dass sich unser fluggestresster Körper unbewusst etwas Gutes tun will: Über den Wolken gibt es vermehrt oxidative Substanzen, so genannte freie Radikale, die Zellschäden auslösen können. Davor soll Lycopin schützen, ein

Stoff, der in Tomaten vorkommt. Psychologen hingegen vermuten, es könne sich entweder um ein Ritual handeln oder um den Nachahmereffekt. Ihnen bleibt die Saftsituation ja wenigstens bei der Anreise zu den Auswärtsspielen des SC Fortuna Köln erspart. Denn die meisten Strecken können Sie sicher locker mit der Straßenbahn bewältigen. Gute Fahrt wünscht  
 Ihre BRIGITTE



Der 33-Jährige wäre gern bei der EM dabei gewesen. Doch der frühere Nationalspieler ist seit 2006 verletzt und absolviert zur Zeit ein Reha-Programm, um bald wieder für Hannover 96 fit zu sein

**Thomas Brdaric, Sturm:**  
**Liebe Brigitte, wie können sich Gräserpollenallergiker auf dem Platz schützen?**

Lieber Thomas Brdaric, aha. Sie gehören also zu den rund acht Millionen Gräserpollenallergikern Deutschlands. Das heißt, dass Ihr Körper große Mengen des Botenstoffs Histamin ausschüttet, sobald sich die klitzekleinen, normalerweise harmlosen Gräserpollen Ihrer Nase nähern. Der Schutz davor beginnt weit vor dem Sommer. Zum Beispiel mit einer Spezifischen Immuntherapie (SIT). Dabei werden über etwa drei Jahre die Allergie auslösenden Stoffe in den Oberarm gespritzt. Für die EM wären Sie also schon zu spät dran, mal davon abgesehen, dass Sie verletzungsbedingt leider gar nicht mitspielen können. Vom Spielfeld selbst geht übrigens keine Gefahr aus, weil der EM-Rasen eifrig gemäht wird und das Grün gar nicht zur Blüte kommt. Aber Gräserpollen aus der Umgebung schwirren trotzdem durch die Luft. Überlegen Sie sich also gut, ob Sie zur EM ins Stadion gehen. Gesundheit!  
 Ihre BRIGITTE

**Tom Tholl, Torwart:**  
**Liebe Brigitte, was sagt es über einen Menschen aus, wenn er das Meer lieber als die Berge mag?**

Lieber Tom Tholl, man sagt ja: Bergmenschen suchen die Einsamkeit. Sie mögen die steinerne Stille, aber auch das Gefühl, näher bei den Göttern zu sein, wenn sie auf die kleine Welt zu ihren Füßen blicken. Meermenschen gelten dagegen als gesellige Typen. Es stört sie nicht, wenn sie sich an einen knallvollen Strand quetschen müssen, solange sie nur freie Sicht auf die große blaue Fläche am Horizont haben, die Freiheit und Abenteuer verspricht. Alles Quatsch, sagen Biopsychologen. Hier herrscht nämlich die „funktionelle Autonomie der Motive“. Ein Mensch, der zur See gefahren ist, um Geld zu verdienen, wird das Meer auch dann noch lieben, wenn er ein zweites Leben als Bergführer beginnt. Sein Ursprungsmotiv – das Geld – ist zwar verschwunden, die Prägung auf die Landschaft aber bleibt. Entscheidend ist also nur, wo uns unsere Eltern in den Ferien hinschleppen, das lässt leider weder auf ihren noch auf unseren Charakter schließen. Also Berg ahoi!  
 Deine BRIGITTE



Als Hamburger ist der 14-jährige Gymnasiast dem Meer seelisch näher. Der Torwart und Rückhalt bei der C-Jugend von Eintracht Lokstedt möchte so gut werden, „dass ich meine Torwart-Sachen nicht selbst zahlen muss“

Fotos: Dominik Asbach (2), Patrick Ohligschläger;  
 Texte: Stephan Bartels, Andrea Benda, Bernhard Lill,  
 Silke Stück, Andrea Tholl