

Können Menschen mit Epilepsie Fußball spielen?

Sportliche Aktivität kann zur Verbesserung der Gesundheit sowie zum mentalen und emotionalen Ausgleich beitragen – das gilt besonders auch für Menschen mit Epilepsie. Als Mannschaftssport fördert Fußball darüber hinaus in besonderem Maße die soziale Integration.

Geht Fußballspielen bei Vorliegen einer Epilepsie dennoch mit besonderen Risiken einher?

Eine Reihe von Studien sprechen dagegen:

- EEG-Untersuchungen während starker körperlicher Belastung zeigten bei Epilepsiepatienten keine Hinweise auf eine Zunahme epileptischer Aktivität (1).
- Starkes Atmen (Hyperventilation) kann in körperlicher Ruhe durch die Senkung des CO₂-Gehalts im Blut bei manchen Epilepsieformen Anfälle provozieren (z. B. Absencen). Erfolgt die vermehrte Atmung jedoch kompensatorisch als Reaktion auf einen erhöhten Sauerstoffbedarf – wie beim Sport –, tritt dieser Effekt nicht auf (2).
- Das Verletzungsrisiko beim Fußballspielen ist bei bestehender Epilepsie nicht erhöht, wie eine retrospektive Analyse von mehr als 150.000 Arztbriefen zeigte (2, 3).
- Kopfbälle werden zwar als mögliche Ursache minimaler Hirntraumata diskutiert (4), es liegt jedoch nur ein einziger dokumentierter Fall vor, in dem in zeitlicher Nähe zu einem Kopfball ein epileptischer Anfall auftrat (2).
- Eine kürzlich publizierte Studie wies bei jungen Fußballspielern kein Langzeitrisiko für kognitive Beeinträchtigungen nach (5).
- Auch als Profifußballer können Menschen mit Epilepsie sehr erfolgreich sein – Beispiele sind der brasilianische Star Ronaldo und das deutsche Talent Musiala.

Insgesamt zeigen die vorliegenden Untersuchungen, dass Fußball zu den für Menschen mit Epilepsie besonders gut geeigneten Sportarten zählt: Sollte während des Spiels ein Anfall auftreten, so führt dies in aller Regel weder zu einer Gefährdung der betroffenen Person noch von Mitspielern. Zudem gibt es keine Hinweise auf negative Auswirkungen auf die Epilepsieerkrankung. Lediglich bei sehr seltenen Epilepsieformen, bei denen Anfälle durch körperliche Anstrengung ausgelöst werden (6), kann allgemein Vorsicht bei sportlichen Belastungen sein.

Literatur:

- (1) van den Bongard F, Petersen C, Reinsberger C. Safety and feasibility of exhaustive exercise testing for people with epilepsy. *Epilepsy Behav Rep.* 2025;30:100762.
- (2) Sahoo SK, Fountain NB. Epilepsy in football players and other land-based contact or collision sport athletes: when can they participate, and is there an increased risk? *Curr Sports Med Rep* 2004;3:284-8.
- (3) Alexander HB, Wright CJ, Taplinger DH, Fountain NB. Incidence of seizure exacerbation and injury related to football participation in people with epilepsy. *Epilepsy Behav.* 2020;104:106888.
- (4) Luster CB, Abdolmohammadi B, Mastrodicasa MJ, et al. Neurodegenerative mortality among National Football League Players. *EClinicalMedicine* 2026;97:104051.
- (5) Koerte IK, Wiegand TLT, Bonke EM, et al.; REPIMPACT Consortium Investigators. Youth Soccer Participation and Brain Health Outcomes in Adolescent Athletes. *JAMA Netw Open* 2026;9:e2619569.
- (6) Kamel JT, Badawy RA, Cook MJ. Exercise-induced seizures and lateral asymmetry in patients with temporal lobe epilepsy. *Epilepsy Behav Case Rep.* 2014;2:26-30.