

Ehemaliger 49ers LB behauptet über **2.000** Gehirnerschütterungen erlitten zu haben

Der ehemalige NFL Linebacker Gary Plummer spielte 14 Seasons in der NFL und setzte dabei mehr als 1.000 Tackles.

Nach Angaben des ehemaligen Linebackers der San Francisco 49ers hat er sich seinen Anteil an Gehirnerschütterungen abgeholt. Tatsächlich behauptet Plummer, er hätte doppelt so viele Gehirnerschütterungen wie Tackles.

In einem schockierenden Interview mit dem 49ers Insiders Podcast schätzt Plummer, dass er 2.500 Gehirnerschütterungen erlitten hat:

Wenn du nicht mindestens 10 davon als Middle Linebacker pro Spiel bekommen hast, bedeutet das, dass du an diesem Tag nicht gespielt hast ... Ich habe 250 Spiele gespielt. Also (bei) mindestens 10 pro Spiel, das sind 2.500 Gehirnerschütterungen.

Plummer sagt, dass er begann, vorbeugende Maßnahmen zu treffen, um die Auswirkungen von CTE zu verhindern, nachdem sich der ehemalige San Diego Chargers Star Junior Seau umgebracht hat:

Nach Junior sagte meine Frau: Alter, du musst etwas tun; Ich will nicht, dass du der nächste Junior Seau bist. ... Es ging nicht über Nacht oder durch irgendeine Vorstellungskraft,... Es war ein langer, langsamer Prozess. Aber es war kein langer, langsamer, mühsamer Prozess. Es ist nicht so, als ob es schwierig wäre, zum Yoga zu gehen. Es ist

nicht so, als ob es schwierig wäre, nach draußen zu gehen und während der Gartenarbeit klassische Musik zu hören.

“Ich fühlte, dass es mir nicht nur besser ging, als ich diese Dinge machte, sondern es setzte dann die Wirkung von, *Hey, es gab ein paar Tage, an denen ich keine Kopfschmerzen hatte und Es gab ein paar Tage, in denen ich die Nacht durchschlafen konnte*, ein. Und das waren bedeutsame Anlässe für mich. Es war erstaunlich, dass ich mich (seither) buchstäblich wie ein neuer Mensch fühle. ”

Hier ist das vollständige Interview: