

Wintersportunfälle - trotz guter Vorbereitung nicht immer vermeidbar



Winterzeit bedeutet Hochsaison für das Ospidal in Scuol. Die perfekt präparierten Pisten locken Einheimische und Gäste gleichermaßen auf die Ski, Snowboards, Schlittschuhe und Schlitten.

Eine kurze Unachtsamkeit und schon nimmt der sonnige Skitag ein abruptes Ende und man findet sich auf der Notfallstation im Ospidal Scuol als Patient wieder. Die Notfallteams im Spital behandelt diverse Verletzungen sowohl operativ, als auch konservativ ohne Operation. Pro Jahr ereignen sich in der Schweiz ca. 70 000 Ski-, Snowboard-, oder Schlittelfunfälle. Die Unfallstatistiken zeigen das Verletzungsmuster sehr eindeutig: Am häufigsten betroffen ist das sogenannte Achsenskelett, also die Extremitäten und die Wirbelsäule. Dabei entfallen rund 30 Prozent der Verletzungen auf das Kniegelenk. Nach wie vor ist die meistgenannte Diagnose bei Knieverletzungen ein Riss des vorderen Kreuzbandes. Häufig kommt es auch zu Verletzungen der Seitenbänder oder des Meniskus.

MATERIAL: FLUCH UND SEGEN

“Dabei ist das heutige moderne Material Fluch und Segen zugleich“, sagt Chefarzt Dr. Alexander Kerber. Denn die taillierten Carving-Ski entwickeln derartige Beschleunigungskräfte, dass die normal trainierte Beinmuskulatur diesen mit dem Fortschreiten des Skitages durch Ermüdung nicht mehr gewachsen ist. Während früher der übliche «Nachmittagsverschneider» in aller Regel ohne Konsequenzen blieb, resultieren daraus mittlerweile komplexe Knieverletzungen und Knochenbrüche des Schienbeinkopfes.

Aber auch die Pistenbeschaffenheit und die Temperaturen beeinflussen das Verletzungsmuster.



Perfekt präparierte Pisten laden zum genussvollen Carven ein.

Harter eisiger Schnee führt zu Prellungen und Brüchen von Schultern, Schenkelhals und Handgelenken. Hingegen bewirkt schwerer Frühlingschnee eine signifikante Zunahme der Knieverletzungen.

VERLETZUNG JE NACH UNFALLHERGANG

Besonders der Unfallhergang spielt für die Verletzungswahrscheinlichkeit eine sehr wichtige Rolle. Direkte Kollisionen führen oft zu Wirbelsäulenverletzungen, aber auch zu Prellungen und Brüchen des Brustkorbs und des Beckens mit der Gefahr einer Beteiligung der inneren Organe. Genaue Befragungen der Patienten selbst, oder von Personen, die den Unfall beobachtet haben, liefern oftmals wichtige Hinweise auf die Schwere einer Verletzung.

Selbstunfälle durch Fahrfehler betreffen mehrheitlich die Extremitäten, also Arme und Beine. Eine ausgekugelte Schulter zählt zu den Klassikern der Verletzungen der oberen Extremität.

Aber auch gelenknahe Knochenbrüche des Schulter- oder Handgelenkes werden immer häufiger. Durch die hohen Fallzahlen weisen die Traumatologen in Scuol eine entsprechend hohe Expertise für diese Verletzungen auf. “Dabei strebt man eine möglichst rasche Versorgung der Frakturen an, da die operative Stabilisation eines Bruches meist die beste Schmerztherapie darstellt“, sagt Alexander Kerber. Schon bei der Erstversorgung auf der Piste, den Transport mit dem Rettungsdienst über die Versorgung auf der Notfallstation und im Operationssaal, bis hin zu der Pflege auf der Station und die intensive Physiotherapie, ist professionelles Handeln eine Selbstverständlichkeit, um die Patienten nach erfolgreicher Therapie möglichst bald wieder einen sonnigen und unfallfreien Skitag zu ermöglichen.

“Gutes Vorbereitungstraining vor den Skiferien ist aber immer noch der beste Schutz“, sagt der Experte.