Klinische Erfahrungen zum Ski-Unfall und seine Verhütung

Autor(en): **Matter, P.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **32 (1975)**

Heft 10

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-994292

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Klinische Erfahrungen zum Ski-Unfall und seine Verhütung

PD Dr. med. P. Matter, Chefarzt der chirurgischen Abteilung des Krankenhauses Davos

Die Zahl der aktiven Skifahrer steigt erfreulicherweise jährlich an, damit verbunden aber auch die Zahl der zu behandelnden Skiverletzungen, obwohl in den letzten Jahren eindeutig eine relative Abnahme der Unfallhäufigkeit im Verhältnis zu den gefahrenen Kilometern Höhendifferenz registriert werden konnte.
«Gut fährt wer sicher fährt» heisst die diesjährige Empfehlung von Karl Gamma, dem technischen Leiter der Schweizerischen Skischulen. Die ist allerdings nur möglich, wenn der *Skifahrer* selbst *und* seine *Ausrüstung* auf die beginnende Skisaison vorbereitet sind. Diese Vorbereitungen beginnen lange vor dem ersten Schneefall. Im Skiturnen, im Turnen für jedermann oder zu Hause bei Tonbandmusik erfolgt das physische Aufbautraining. Dadurch gelingt es ohne Zweifel, die körperliche Wendigkeit beim Skifahren zu verbessern, die Sturzhäufigkeit bedeutend zu verringern und herannahenden Kollisionen — sie sind zahlenmässig erschreckend stark im Zunehmen begriffen — zu vermeiden.

Ein gewisses Sturz- und Unfallrisiko bleibt aber dennoch bestehen, doch können wir uns heute durch eine geeignete Ausrüstung erfreulicherweise weitgehend, zum mindesten vor typischen Skiverletzungen schützen. Der Sportfachhandel bemüht sich, den Skifahrer individuell beim Ankauf und bei der Erneuerung seiner Ausrüstung zu beraten und ihm die Auswahl technisch weit entwickelter «Geräte» zu erleichtern. Dazu gehört auch eine einwandfreie Montage der Funktionseinheit Skischuh — Sicherheitsbindung — Ski sowie die exakte individuelle Regulierung der Auslösekräfte der Bindung nach den heute gültigen und bewährten Einstellempfehlungen der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU) und des Internationalen Arbeitskreises für Sicherheit beim Skilaufen (IAS) aufgrund des Körpergewichtes bzw. des Schienbeinkopf-Durchmessers. Die Ausrüstung muss weiterhin jährlich vor dem Winteranfang sowie ein- bis zweimal im Verlauf der Saison überprüft und unter Umständen neu angepasst werden. Sie benötigt, genau wie ein Motorfahrzeug, regelmässige Kontrollen.
Viele Firmen und Geschäfte führen für ihre Belegschaft regelmässig Ausrüstungskontrollen mit Bindungseinstellaktionen durch und konnten auf diese Weise einen bedeutenden Rückgang der Arbeitsausfälle infolge Skiverletzungen erzielen.
In der Region Davos wurden im vergangenen Winter 1973/74 mit Skis annähernd 4 Millionen Kilometer Höhendifferenz abgefahren. Tabelle 1 gibt die auf 10 000 km gefahrene Höhendifferenz nötig gewesenen Abtransporte der letzten zwei Jahre an. Die einzelnen Skigebiete variieren teilweise sehr stark, alle weisen aber eine abnehmende Tendenz auf. Für das Skigebiet Brämabüel/Jakobshorn gelang es zudem, die gesamte Unfallquote für die Saison 1973/74 genau zu eruieren. So wurden auf 740 000 km abgefahrene Höhendifferenz 454 Unfälle registriert. Dies entspricht 6,1 ärztlich behandelten Skifahrern pro 10 000 km gefahrene Höhendifferenz — eine erfreulich kleine Zahl! Die Verteilung der Unfalldiagnosen (Tabelle 2) weist jedoch eindeutig darauf hin, dass viele typische und somit mehrheitlich vermeidbare Verletzungen zur Behandlung kommen. Die seit mehreren Jahren durch den Autor durchgeführte technische Ueberprüfung der Ski-Ausrüstungen verunfallter Skifahrer unterstreicht dabei mit aller Deutlichkeit, wie wichtig neben der guten körperlichen Kondition eine einwandfreie Ausrüstung ist. Dadurch kann das Verletzungsrisiko weiterhin noch bedeutend gesenkt werden.

Tabelle 1:

Abtransportquotienten der Region Davos/Klosters

Skigebiet:	Abtransporte pro Höhendifferenz: (10 000 km)	
	Winter 1972/73	Winter 1973/74
Brämabüel/Jakobshorn	2,8	2,1
Madrisa	4,9	4,3
Pischa	2,9	2,6
Rinerhorn	1,9	1,6

Tabelle 2:

Behandlungsstatistik Davos, Winter 1973/74

	Anzahl	%
Kopf	46	3,6
Stamm	55	4,3
Obere Extremitäten Frakturen 54	218	17,2
Untere Extremitäten Frakturen 457	825	65,1
Rissquetschungen	124	9,8
	1 268	100,0

«Vita»

E. HUNN AG baut Sportanlagen nach Mass:

Unser Ausführungsprogramm

Gesamte Leichtathletikanlagen und Laufbahnen mit EVERPLAY-Produkten.

Besondere Vorteile der EVERPLAY-Beläge

— die Sportler erbringen auf ihnen höchste Leistungen
— sie sind äusserst preisgünstig
— bei allen Prüfungen bezüglich Verschleisstests haben sie bestens abgeschnitten

Wir bauen auch weiterhin wassergebundene Beläge.

Unser vielseitiges Programm für den Bau von Rasenspielfeldern

— AUSTRIA-Grasvlies-Matten
— PAMAX-Rasenspielfelder mit patentiertem Entwässerungssystem
— EURASP-Olympia-Rasen Patent angemeldet

Verlangen Sie unsere Unterlagen oder eine unverbindliche Beratung durch unsere Fachleute.

E. HUNN AG, 8966 Oberwil (AG)
Garten- und Sportplatzbau Telefon (057) 5 18 30