

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 46 (1989)

**Heft:** 2

**Artikel:** Faktoren der Sportunfallstatistik

**Autor:** Biener, Kurt

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992802>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Faktoren der Sportunfallstatistik

Kurt Biener, Dr. med.

Auch international ist der Sportunfall zu einem ernsthaften Problem geworden und beschäftigt entsprechende Gremien. Man rechnet mit rund 1–2% Sportverletzungen auf 100 Sporttreibende im Jahr. Allerdings schwanken diese Zahlen stark nach Sportart, Alter, Geschlecht, Häufigkeit und Dauer der sportlichen Betätigung, Trainingszustand, Wetter, Bodenverhältnissen, technischen Bedingungen. 10% aller Unfälle sind Sportunfälle (Schweden 7%, Türkei 14%). Hier eine Übersicht über Häufigkeit, Zusammenhänge, Gründe und Verhütungsmassnahmen.

## Unfallgründe

Meist sind Ursachenbündel als komplexe Kausalzusammenhänge zu erkennen. Ein Viertel der Sportunfälle sind auf Ungeübtheit und Ungeschick, ein Fünftel auf Ermüdung und Überanstrengung, ein Achtel auf ungünstige Bodenverhältnisse, ein Zehntel auf Disziplinmangel und/oder Gegnerverletzung zurückzuführen. Zahlreiche Verletzungen entstehen durch fehlendes Warmmachen.

## Altersverteilung

In einer Maschinenfabrik der Nordschweiz erfolgten 37% der Sportunfälle bis zum 22. Lebensjahr, 32% vom 23. bis zum 32. Lebensjahr, 15% vom 33. bis zum 42. Lebensjahr und 16% später. Skisportunfälle ereigneten sich zur Hälfte vor, zur Hälfte nach dem 26. Lebensjahr. Bis zum Alter von 22 Jahren ist auf 16 sporttreibende Personen im Jahr ein Sportunfall zu erwarten, in einer Gesamtbelegschaft auf rund 40 Sporttreibende jährlich ein Sportunfall. Im Alter dominieren Unfälle bei spezifischen Sportarten wie Reiten, Kegeln, Bergsport; jenseits des 50. Lebensjahrs haben nur noch 0,5% aller Unfälle ihre Ursachen im Sport.

## Jugendsportunfall

Statistisch gesehen hat jeder 2. Jugendliche einen Sportunfall mit Arztbehandlung und/oder Klinikaufenthalt, jeder 6. einen Velounfall und jeder 8. einen Skiunfall durchgemacht. Häufig sind Sportunfälle bei Studenten, die mit 40% des gesamten Unfallgeschehens in dieser Bevölkerungsgruppe angegeben werden.

## Geschlechterverteilung

Allgemein erleiden mehr Frauen als Männer (30% zu 70%) Unfälle. Im Breitensport ergeben sich jedoch gleich viele Unfälle für Frau und Mann. In unserem Untersuchungsgut in mehreren Grossbetrieben haben jede 44. sporttreibende Frau und jeder 41. sporttreibende Mann einen Sportunfall erlitten. Im Schulsport jedoch verunfallen die Knaben häufiger, zum Beispiel in Norwegen 1,47% der Jungen und 0,76% der Mädchen pro Jahr. Bei Leistungssportlern hingegen scheinen die Frauen im Verhältnis 2:3 unfallanfälliger zu sein.

und Leichtathletikunfällen mit 13%, den Schwimm- und Badeunfällen mit 9%, den Berg- und Wanderunfällen mit 8% sowie 14% Unfälle in sonstigen Sportarten.

In der Hauptwettkampfzeit steigen die Sportverletzungen bei Aktivsportler an, zum Beispiel im Fussball besonders im Herbst und im Frühjahr (Endrundenkämpfe), bei Turnern in den Wintermonaten zu Beginn der Mannschaftswettkämpfe.

## Verletzungsarten

Laut einer Übersicht aus dem Saarland waren von 2728 Sportverletzungen 79% Prellungen und Gewebsrisse sowie 15% Knochenbrüche, Meniskusschäden und Commotionen sowie 6% offene Wunden. In unserem Erhebungsgut in der Nordschweiz fanden wir 42% Zerrungen/Stauchungen, 24% Prellungen/Quetschungen, 2% Luxationen, 11% Frakturen, 9% Wunden und 12% sonstige Verletzungen. Im Skisport waren die Frakturen mit 14% besonders häufig.

## Topographie

Rund drei Fünftel aller Sportunfälle betreffen die Beine, knapp ein Viertel die Arme. Beim Skisport sind früher in fast drei Viertel der Unfälle die Beine betroffen gewesen, heute werden Rumpf- und Kopfschäden immer häufiger gesehen.

Bei einer Belegschaft der Nordschweiz ergab sich folgende Übersicht:

	Sportunfälle	Betriebsunfälle
Kopf	11%	39%
Rumpf	10%	8%
Beine	57%	16%
Arme	22%	38%

## Seitigkeit

Beim Fussballspiel wird das rechte Bein eher verletzt, beim Skisport scheint das linke Bein etwas stärker unfallgefährdet zu sein. Der rechte Arm ist in jeder Sportart unfallexponierter, da mit ihm reflektorisch eher Stürze abgefangen werden; dadurch kommt es zu Radiusbrüchen am klassischen Ort bzw. zu Schlüsselbeinfrakturen.

## Prävention

Regelmässiges Training – systematische Anleitung – exakte Sportanlage – keine Übermüdung – Aufwärmung – Stürzen lernen – vollkommene Ausheilung – Alter berücksichtigen – gute Ausrüstung – Gerätelpflege – Sportstättenunterhalt – vielseitig üben – langsam steigern.

Anschrift des Verfassers:

Prof. Dr. med. Kurt Biener  
Institut für Sozial- und Präventivmedizin  
der Universität Zürich  
Sumatrastrasse 30  
8006 Zürich

## Unfallspsychologie

Die Unfallpersönlichkeit bzw. der «Unfalltyp» wird schon bei jungen Menschen deutlich: der Konfliktunfaller, der Affektunfaller, der «Angsthase» und der Zufallsunfaller. Die Unfallneigung ist keine konstante Grösse, sondern von Zeit zu Zeit variabel für jede Person. Immerhin sind «Mehrfachunfaller» auch im Sport bekannt; 66% aller Aktivsportler hatten nach unseren Untersuchungen binnen durchschnittlich 15 Sportjahren bereits 3 und mehr Verletzungen, 21% bereits 6 und mehr.

## Arbeitsausfall durch Sportunfälle

Wir haben in einer Untersuchung in der Nordschweiz eine durchschnittliche Arbeitsunfähigkeitsdauer von rund 3 Wochen für Sportunfälle errechnet; 82% der Sportunfälle bewirkten eine Arbeitsausfallzeit bis 100 Stunden, 18% über 100 Stunden. Ein Fussballspieler bewirkt rund 100, ein Skispieler rund 200 Stunden Arbeitsausfall. Auf 1000 Mann einer Belegschaft fällt damit ein Mann ganzjährig durch Sportunfallverlustzeit arbeitsmässig aus. Sportunfälle können in der Skisaison zuweilen mehr Arbeitsausfallzeiten bewirken als Erkältungsrankheiten.

## Schweregrad

Erfahrungsgemäss rechnet man auf 40 Sportler im Jahr einen Sportunfall, auf 4000 einen Invaliditätsunfall und auf 40 000 einen Todesfall (Boxen, Bergsteigen, usw.). Man muss jeweils 3,5% aller Sportunfälle als solche schwersten Grades einstuften, die über 500 Stunden Arbeitsausfall machen. Vom Rest sind ein Drittel leichtgradig (ohne Arbeitsausfall), ein Drittel mittleren Grades (1–50 Stunden Arbeitsausfall) und ein Drittel schweren Grades (50–500 Stunden Arbeitsausfall). Skisportunfälle sind meist schwerwiegender als Fussballsportunfälle.

## Sportarten

Länderweise verschieden sind je nach nationaler Eigenart die Sportarten am Unfallgeschehen beteiligt. In einem Betrieb des Zürcher Oberlandes sind die Skisportunfälle mit 29% die häufigsten gewesen, gefolgt von den Fussballsportunfällen mit 27%, den Turn-