

Unfallprävention Inline-Skating: Tipps der Samariter-Rettungsprofis

Wien (OTS) - Inline-Skating hat sich zum Breitensport entwickelt. Leider führen unzulängliche oder fehlende Ausrüstung sowie mangelnde Grundkenntnisse oft zu schweren Verletzungen. Der Chefarzt des Samariterbundes Wien, Primar Univ.-Doz. Dr. Helmut Seitz, gibt Tipps zur Unfallprävention.

Inline-Skating hat sich zum beliebten Breitensport entwickelt und wird auch von Kindern gerne betrieben. Leider kommt es immer wieder zu Verletzungen, die nicht selten eine Spitalsbehandlung erfordern.

Beim Inline-Skating ereignen sich Unfälle am häufigsten auf Gehsteigen. In weiterer Folge sind auch Straßen, Sportplätze, Parkplätze und in seltenen Fällen der Kindergarten mögliche Unfallorte der kleinen Freizeitsportler. Bei den Unfallursachen liegt das Stolpern vor Kollisionen mit Autos, anderen Personen oder Fahrrädern an der Spitze des unerfreulichen Rankings.

In 60% der Unfälle liegen Knochenbrüche vor, bei zwei Drittel sind die oberen Extremitäten von einem Sturz betroffen; Brüche von Elle und Speiche sind hier die am häufigsten gestellte Diagnose. 17% der Unfälle ziehen Kopfverletzungen nach sich, die Hälfte davon sind Gehirnerschütterungen.

"Auch erwachsene Anhänger des Inline-Skatings sind durch potenzielle Verletzungen des Kopfes und der Halswirbelsäule mit oft fatalen Folgen besonders gefährdet", weiß Primar Univ.-Doz. Dr. Helmut Seitz, Chefarzt des Samariterbundes Wien aus langjähriger Erfahrung zu berichten.

Ärzte führen den hohen Anteil an Armbrüchen auf die übliche Abwehrbewegung bei Stürzen zurück, wobei reflexartig die Arme nach vorne gerissen werden, um sich damit abzustützen. Bei einem Drittel der Verunfallten war ein stationärer Aufenthalt nötig.

Die Verletzungsgefahr bei Stürzen kann durch den Gebrauch einer Schutzausrüstung gemindert werden: Helm, Handgelenkschoner, Ellbogen- und Knieschützer sind daher unerlässlich. Fahrradhelme bieten dabei oft nur unzureichenden Schutz, da sie den Hinterkopf nicht zur Gänze bedecken.

Eine Untersuchung ergab, dass von 126 befragten Kindern nur 20% keine Schutzausrüstung besitzen. Allerdings benutzen lediglich 40% der ausgestatteten Kids ihre Ausrüstung, wobei der Helm am wenigsten häufig zum Einsatz kommt.

Nachdem beim Skaten rasch Geschwindigkeiten von 20 bis 30 km/h erreicht werden, empfiehlt es sich, einen Einsteigerkurs zu besuchen. Sind die grundlegenden Fahr- und Anhaltetechniken einmal erlernt, sollte das Fahren auf öffentlichen Straßen trotzdem unbedingt vermieden werden.

Erwachsene, die den Sport neu erlernen, sollten zusätzlich folgendes bedenken: "Eine wesentliche Ursache für folgenschwere Unfälle ist, dass Erwachsene neue Bewegungsabläufe grundsätzlich langsamer und mühevoller erlernen als Kinder," so der Chefarzt des Samariterbundes Wien. Aus diesem Grund rät der versierte Unfallchirurg, dass auch Erwachsene auf jeden Fall Fahrkurse in Anspruch nehmen und "keinesfalls auf eine vollständige, qualitativ hochwertige Schutzausrüstung von Kopf bis Fuß verzichten sollten".

Prävention im Überblick:

~

- Schutzausrüstung anlegen
- Anfängerkurs besuchen
- "skate smart": achtsam und zuvorkommend fahren
- So skaten, dass man die Situation unter Kontrolle hat
- Immer auf der rechten Seite des Weges skaten
- Überholen immer auf der linken Seite
- Flächen mit starkem Fußgänger und Radfahrverkehr meiden
- Fußgänger und Fahrradfahrer im Auge behalten und ihnen Vorrang geben
- Öffentliche Straßen und Fahrradwege meiden
- Auf dem Bürgersteig Geschwindigkeit reduzieren, bremsbereit und vorausschauend fahren
- Ölige, nasse, sandige und staubige Wege sowie Unebenheiten und Schotter meiden

~

Rückfragehinweis:

Martina Vitek
Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs
Landesverband Wien

Tel.: 01 891 45/227 oder 0664/358 2386
E-Mail: martina.vitek@samarbiterbund.net

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0140 2007-05-21/12:08

211208 Mai 07

Link zur Aussendung:

https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20070521_OTS0140