

15.05.2025 - 15:06 Uhr

Bergsteigen, Mountainbiking, Skifahren: Wenn Sport zur Gefahr wird

Krems (ots) -

Ein bisschen Urlaub, ein bisschen Wandern, Mountainbiking, Klettern oder Skifahren - denkt sich mancher Freizeitathlet. Doch so einfach ist die Sache nicht. Ohne ausreichende Kondition, Konstitution und Koordination rutschen immer mehr Menschen ab, stürzen und müssen vor Ort in den Kliniken versorgt werden.

"Es ist nur ein kurzer Moment beim Skifahren oder Mountainbiking, der aber das Leben für immer verändern kann", sagt Dr. Moritz Katzensteiner, Assistenzarzt für Orthopädie und Unfallchirurgie an den Ordenskliniken der Barmherzigen Schwestern, Linz. Über 18 Monate arbeitete er jüngst an der Klinik Diakonissen in Schladming, einem Berg- und Freizeitsport-Gebiet, dass es - unfallträchtig gesehen - in sich hat. Auf dem 40. GOTS-Kongress, in diesem Jahr an der Donauuniversität Krems, stellt er schwerste Verletzungen und Polytraumen vor, ordnet deren Entstehung und die Therapien ein.

Gerade beim Skifahren sind oft die Strukturen um das Kniegelenk betroffen. "Hier sehen wir teils katastrophale Verletzungen", so Katzensteiner. Am schwerwiegendsten sind hier unter anderem Tibiakopf-Frakturen einzuordnen - ein komplexer Gelenkbruch, der häufig durch hohe mechanische Einwirkung im und um das Kniegelenk entsteht. Anatomisch "original" sind solch schweren Gelenkbrüche nicht wiederherstellbar. Der Chirurg: "Wir haben dann hier zum Teil 35-jährige fitte Patienten, die unter Umständen in ein paar Jahren trotz optimaler perioperativer Verfahren eine sekundär traumatische Arthrose entwickeln und eine Knie-Prothese benötigen."

Ebenso häufig, wenn auch selten mit langfristigen Konsequenzen, sind Oberschenkel-Schaftbrüche, die meist auf der gesteigerten Risikobereitschaft der Skifahrer beruhen. Trotz fehlender Gelenksbeteiligung sollte gerade in diesen Situationen ein schnelles Handeln forciert werden, da gerade bei Brüchen im Bereich der großen Röhrenknochen zum Teil kreislaufwirksame Mengen an Blut verloren werden können.

An der Wirbelsäule sind es meist die Lendenwirbelregion sowie der thorakolumbale (Übergang Brust- zu Lendenwirbelsäule) Bereich. Hierbei reichen die Schweregrade von "einfachen" Kompressionsbrüchen bis hin zu instabilen Verrenkungsbrüchen mit und ohne neurologischer Ausfallssymptomatik.

Die Therapien für diese teils schwersten Sportverletzungen sind individuell. Mit modernsten operativen Verfahren versuchen Orthopäden und Unfallchirurgen den Schaden möglichst gering zu halten und bei der Wiederherstellung nahe an der Anatomie zu bleiben - häufig jedoch reicht die alleinige Wiederherstellung der knöchernen Strukturen nicht, da viele Brüche mit Begleitverletzungen im Weichteil assoziiert sind.

In den Sommermonaten stellt vor allem das Downhill-Fahren mit Mountainbikes ein großes Verletzungspotential dar. Häufig ziehen sich die Sportler schwerste Verrenkungsbrüche der Schulter oder Trümmerbrüche des Handgelenkes zu - auch hier sind mit wenigen Ausnahmefällen junge Erwachsene oder Jugendliche betroffen. Tischler oder Elektriker beispielsweise können dann zum Teil nur mehr eingeschränkt in ihrem eigentlichen Beruf eingesetzt werden.

Ebenso zunehmend sind Mountainbiker mittleren Alters betroffen, die auf eBikes plötzlich in Regionen vorstoßen, für die sie - ohne Motorisierung - gar keine Konditionierung haben. Sie überschätzen sich sowohl psychisch als auch körperlich und stoßen dann an ihre individuellen Grenzen oder überschreiten diese gar. "Sie haben zwar oft nicht so schwere Verletzungsmuster, dafür aber Herz-Kreislauf-Probleme, Übergewicht oder relevante Begleiterkrankungen und Medikamente, die eine notwendige operative Versorgung sowie das postoperative Prozedere sehr erschweren", so Katzensteiner.

Fest steht: obwohl die meisten Freizeitsportler noch jung und fit sind, ist eine Wiederherstellung der Strukturen exakt wie vor dem Unfall nur in Ausnahmefällen vollumfänglich möglich - wenn auch immer das Ziel.

[Zum Kongress](#)

Pressekontakt:

GOTS Pressestelle
Kathrin Reisinger
Tel.: +49 (0) 36 41 / 47 24 158
E-Mail: presse@gots.org

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100085734/100931681> abgerufen werden.