

P r e s s e m i t t e i l u n g

Sicher im Schnee: Protektoren können vor schweren Verletzungen auf der Piste schützen

ROHRBACH. Die Wintersportsaison naht. Sicherheit ist das oberste Gebot auf der Piste. Dennoch passieren immer wieder Unfälle. Neben dem Helm gibt es Ski-Protektoren, die bei Stürzen schützen können. Gründe für den zunehmenden Einsatz von Protektoren liegen in einem gestiegenen Sicherheitsbewusstsein der SkifahrerInnen, aber auch daran, dass die heutigen Protektoren leichter und optimal in die Kleidung integriert sind.

Ob beim Motocross, Skateboarden oder Inlineskaten – Protektoren können aktive SportlerInnen vor schwerwiegenden Verletzungen schützen. Vor allem bei sturzgefährdeten und körperbetonten Sportarten sind Protektoren ein wichtiger Teil der Ausrüstung. Beim Skifahren werden sie verstärkt im Rennlauf getragen. Aber auch für durchschnittliche SkifahrerInnen, die gerne auf gut präparierten Pisten unterwegs sind, können Protektoren Schutz bieten.

„Oft kommt es bei WintersportlerInnen zu Kollisionen aufgrund von Missverständnissen, unkontrolliertem Fahren und überschätztem Fahrkönnen auf vollen Pisten. Viele SkifahrerInnen müssen im Krankenhaus behandelt werden, weil sie mit anderen zusammengeprallt sind. Rückenprotektoren können Stöße dämpfen und Verletzungen damit verringern. Sie sollten die komplette Wirbelsäule und auch die Schulterblätter abdecken, um eine möglichst große Schutzfläche zu bieten. Immerhin knapp 30 Prozent aller Verletzungen betreffen Wirbelsäule, Schultern und Hals“, beschreibt Dr. Markus Mayrhofer-Stelzhammer, Unfallchirurg am Landes-Krankenhaus Rohrbach.

Protektoren im freien Gelände unabdingbar

Rückenprotektoren sind vor allem bei SnowboarderInnen sinnvoll. Aber auch FreeskifahrerInnen, deren Anteil immer größer wird, tun gut daran, sich mit Protektoren zu schützen.

Besonders jüngere SkifahrerInnen sind verstärkt im unverspurten Gelände unterwegs. Das ist meist mit hohem Risiko verbunden. Baumstümpfe, Felsen und Baumlöcher, die nicht auf den ersten Blick sichtbar sind, können dem Skifahrer zum Verhängnis werden. Auch bei weiten Sprüngen ist die Gefahr, auf den Rücken zu fallen, hoch. Stürze aus großer Höhe sind oft Ursache für schwere Verletzungen. Rückenprotektoren bieten Schutz, Stabilität und auch Wärme. Sie sind im freien Gelände fast unabdingbar. Sie verteilen die beim Aufprall entstehende Energie gleichmäßig auf die gesamte Schutzfläche. Damit kann ein großer Teil der Kraft im Protektor aufgenommen werden.

Wunder bewirken können allerdings auch Protektoren nicht, betont Dr. Markus Mayrhofer-Stelzhammer: „Das Tragen eines Protektors verhindert zwar die direkte Krafteinwirkung auf den Rücken, aber vor Verletzungen wie Beugung, Überstreckung oder Verdrehung schützen auch Protektoren nicht. Ebenso wenig vor einer Stauchung der Wirbelsäule bei einem Sturz auf das Gesäß. Zudem neigen Menschen dazu, mehr Risiko einzugehen, wenn sie sich vermeintlich geschützt fühlen.“

Weniger Kopfverletzungen dank Helm

Der Helm ist als Schutzausrüstung beim Wintersport uneingeschränkt und für jeden zu empfehlen. Die Schädel-Hirn-Traumen haben dank der weiten Verbreitung des Kopfschutzes stark abgenommen. „Die beste Vorbereitung auf den Wintersport bleiben gezieltes Training zur Stärkung von Ausdauer, Gleichgewicht und Kraft sowie gutes Aufwärmen vor dem Pistenspaß. Und eines ist sicher: Der beste Schutz für SkifahrerInnen ist ein vorausschauender Fahrstil. Die richtige Ausrüstung kann im Ernstfall höchstens dafür sorgen, dass Stürze möglichst glimpflich ausgehen“, so Mayrhofer-Stelzhammer.

Rohrbach, am 13. Dezember 2018

Für Fragen steht zur Verfügung:

Dr.ⁱⁿ Regina Schnellmann

PR & Kommunikation

LKH Rohrbach

Tel: 05 055477-22250

E-Mail: regina.schnellmann@gespag.at