

Erst Spaß, dann blutiger Ernst

Ob Heimwerken, Kochen oder Sport – in der Freizeit passieren häufig Unfälle. Viele könnte man vermeiden.

Endlich Feierabend – und dann ab in die Notaufnahme? Bei Weitem kein seltenes Ereignis! Wir Österreicher verletzen uns „gerne“ bei Dingen, die eigentlich Freude machen sollten oder im Haushalt erledigt werden müssen.

So mussten vergangenes Jahr rund 13.500 Heimwerker im Spital behandelt werden. Eine der vermeidbaren Ursachen: Weniger als die Hälfte (42%) aller im Rahmen einer Untersuchung vom Kuratorium für Verkehrssicherheit (KFV) Befragten greifen auf Schutzkleidung oder -ausrüstung zurück. Auch im Garten fehlt diese oft. Rund 19.100 Personen mussten sich 2021 aufgrund von Verletzungen bei der Gartenarbeit ins Krankenhaus begeben. Männer übrigens öfter als Frauen. Daher raten Experten auch hier: Funktionelle Kleidung,

Handschuhe und festes Schuhwerk gehören zur Basisausstattung eines jeden Hobbygärtners. Tragen Sie außerdem eine Schutzbrille, wenn die Gefahr besteht, von herumfliegenden Teilen getroffen zu werden – etwa beim Heckenschneiden.

Outdoor, aber auch drinnen lauern Gefahren

In den eigenen vier Wänden finden sich ebenfalls Stolperfallen. „Unsere Statistik zeigt, dass sich im vergangenen Jahr rund 214.000 Personen bei einem Sturz im Haushalt derart schwer verletzt, dass eine Behandlung im Krankenhaus notwendig war. Die Folgen eines oft banal wirkenden Sturzunfalles sind in vielen Fällen insbesondere für ältere Menschen verheerend“, warnt Dr. Johanna Trauner-Karner, Leiterin des Bereichs Sport- und

Ein Schnitt ist rasch passiert.

Freizeitsicherheit im KFV. Dabei sind Nässe, glatte Fußböden, Teppiche und Bodenunebenheiten, beispielsweise Türschwellen oder Kabel, die häufigsten Sturzquellen.

Jeder siebente Haushaltsunfall passiert in der Küche. Dort lauern die „drei gefährlichen V“: Verbrennungen, Verbrühungen und Verletzungen mit Messern bzw. Maschinen. So verbrühen sich etwa 2000 Kinder jährlich.

Sportunfälle zwingen ebenfalls viele Menschen in die Knie – allen voran Fußball, Wandern und Mountainbiken. Dynamische Richtungswechsel und intensive Zweikämpfe sind für den populären Ballsport charakteristisch, führen jedoch unweigerlich zu vielen Verletzungen.

Beim Radfahren gilt: Immer mit Helm unterwegs sein!

Dr. Eva Greil-Schähs

57

PROZENT weniger Kopfverletzungen seit Einführung der Helmpflicht.

Sportunfälle geschehen in jedem Alter.

Verspannte Muskulatur wieder lösen

Der Nacken krampft, die Schultern schmerzen

Homeoffice ohne ergonomischen Arbeitsplatz, ständig Nachrichten am Handy checken, zu wenig Ausgleichsbewegung: Nacken- und Schulterschmerzen sind ein wahres Volksleiden geworden!

Wir nehmen im Alltag häufig ungesunde, einseitige oder überbelastende Haltung ein. Erst, wenn die Schmerzen kommen, wird uns das bewusst.

Vor allem beim Arbeiten, aber auch bei der privaten Nutzung von Smartphone, Tablet und Co. werden der Kopf nach vorne überstreckt und die Schultern nach oben gezogen.

Traumaplanat Schmerzsalbe aus der Apotheke hilft mit ausgeprägter Tiefenwirksamkeit, die Beschwerden zu lösen. Der pflanzliche Wirkstoff des Beinwells dringt schnell und effektiv bis tief in die

Muskulatur vor, wirkt dort schmerzstillend, abschwellend, entzündungshemmend und ist dennoch sanft zur Haut. Ohne Parabene. Hinterlässt keine Rückstände und überzeugt durch angenehmen Geruch.

Überlebenschance bei Hirnverletzungen

Es klingt wie der Plot eines Horrorfilms – und doch kommt es immer wieder vor, dass Menschen von in den Schädel eindringenden Gegenständen am Gehirn verletzt werden. Viele sterben dabei, doch nun gibt es gute Nachrichten: Eine neue Studie der Karl Landsteiner (KL) Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften

Krems konnte zeigen, dass die Chancen für jene, die lebend ins Spital eingeliefert werden, gar nicht so schlecht stehen. Galten diese bisher als gering, liefert die aktuelle Untersuchung erstaunliche Einsichten: Fast die Hälfte

Wer von Kugel und Nagel am Kopf erwischt wird, muss nicht immer sterben

jener, die mit so einer Hirnverletzung ins Krankenhaus kommen, können überleben.

Es geht zweifellos um Leben und Tod

Dr. Franz Marhold, Klinische Abteilung für Neurochirurgie des Universitätsklinikum St. Pölten der KL Krems: „Entscheidend ist unter anderem die Eintrittsgeschwindigkeit des schadenverursachenden Objekts. Fiel diese gering aus, dann hatten in unserer

Studie 70 Prozent der Betroffenen gute Aussichten. Bei Objekten mit hoher Geschwindigkeit waren es jedoch weniger als 20 Prozent.“ Für den behandelnden Arzt ist die Unterscheidung wichtig, um weitere Behandlungsschritte zu veranlassen. „Und das“, betont Dr. Marhold, „in extrem zeitkritischen Situationen, in denen das Leben der Betroffenen oft am seidenen Faden hängt.“

Den Mediziner liefert vor allem der Pupillensta-

tus der Betroffenen wichtige Hinweise auf den möglichen Behandlungserfolg. Präsentieren sich die Pupillen weitestgehend normal, so konnte das Studienteam in über 60 Prozent einen günstigen Behandlungsverlauf verzeichnen. Zeigten die Pupillen jedoch krankhafte Reaktionen, sank dieser Anteil auf unter 20 Prozent.

Auch die Beurteilung der Bewusstseins- und Hirnfunktionsstörungen nach der sogenannten „Glasgow Coma Scale“, ein bestimmtes Bewertungsschema, wurde als wichtiges Entscheidungskriterium identifiziert. EGS



Foto: reineg - stock.adobe.com



Foto: Shutterstock



Fotos: stock.adobe.com/pahys; bmf-foto.de; Andrey Popov; ungar

Beim Reparieren oder in der Küche sollte man besondere Vorsicht walten lassen und Vorbereitungen treffen.