

Die Hälfte der Notfälle beim Bergwandern sind Stürze bei 50-70-Jährigen

Half of Emergency Calls in Hikers are Injuries from Falls in 50-70 Year-Olds

ACCEPTED: August 2019

PUBLISHED ONLINE: September 2019

DOI: 10.5960/dzsm.2019.393

Gasser B. Half of emergency calls in hikers are injuries from falls in 50-70 year-olds. Dtsch Z Sportmed. 2019; 70: 209-214.

1. UNIVERSITY OF BERN, *Swiss Health & Performance Lab, Institute of Anatomy, Bern, Switzerland*

Design der Studie

Retrospektive Analyse der Bergunfälle beim Bergwandern des SAC-Zentralregisters der letzten zehn Jahre (2009-2018).

Methoden

Anhand des Zentralregisters des Schweizerischen Alpen Clubs wurde eine Grundgesamtheit von 11220 Bergnotfällen, die sich während dem Bergwandern ereigneten, analysiert.

Ergebnisse und Diskussion

Als klar häufigste Ursache für einen Einsatz der Rettungskräfte konnte der Sturz mit rund 45 Prozent identifiziert werden. Diese treten vor allem in den Sommermonaten im Kollektiv der 50-70-Jährigen auf. Weiter sind mit rund 20 Prozent eine Erkrankung zu nennen (häufig kardiovaskuläre Affektion), bei rund 13 Prozent lag ein Verirren vor. Die Aufteilung nach Lokalisation der Verletzung präsentiert sich wie folgt: Kopf und Schädel-Hirntrauma (14,5%), Schulter (14,5%), Rippen/Thorax (7%), Polytrauma inklusive Becken und abdominelles Trauma (1,2%), Bein (14,5%), Knie (15,4%) und Fuss (36,9%). Total imponieren somit rund 2/3 Traumen der unteren Extremität, Polytraumen und Kopf- und Schädel-Hirntraumen machen rund 1/7 aus, was entsprechend verdeutlicht, dass schwerere Verletzungen weniger als 1/5 der Bergnotfälle betreffen.

Zusammenfassend findet sich eine Häufung von Stürzen im Alter der 50-70-Jährigen, welche vermutlich neben anderen Gründen auf die verminderte Gangfähigkeit zurückzuführen ist. Entsprechend könnten ältere Bergwanderer vermutlich von einem Kraft- und Gleichgewichtstraining profitieren.

Was ist neu und relevant?

Die Häufigkeit des Sturzes beim Bergwandern. Das Ausrücken der Rettungskräfte betrifft zudem relativ selten schwerere Verletzungen, was entsprechende Implikationen für die Prävention gibt.

Methodische Einschränkungen und Störfaktoren

Die Analyse beinhaltet einen ersten groben Überblick der letzten zehn Jahre. Die Analyse weiterer Parameter, wie beispielsweise des NACA-Scores, um die Schwere von Verletzungen, Erkrankungen oder Vergiftungen zu beschreiben, könnten ergänzende Informationen liefern.

Fazit für die Praxis

1. Erfreulicherweise sind beim Bergwandern weniger als ein Fünftel der Notfälle gravierend, am häufigsten sind Stürze gefolgt von den Erkrankungen.
2. Als Konsequenz könnte vermutet werden, dass häufig auch Bergwanderer unterwegs sind, welche die Gefahren oder die zugrundeliegende Erkrankung nicht richtig einschätzen und sekundär zügig die Rettungskräfte alarmieren. Entsprechende Information sollte präventiv zur Verfügung gestellt werden beispielsweise via entsprechende Medien (SAC-CAS Homepage / DAV Homepage usw.).



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Dr.med Benedikt Gasser
SWISS HEALTH & PERFORMANCE LAB
Institute of Anatomy, University of Bern
Baltzerstrasse 2
3000 Bern, Switzerland
✉: gasser@pyl.unibe.ch