



Pressemitteilung – 21. Mai 2019

10.000 Kinder verunfallen jährlich am Trampolin *Regeln und Kenntnisse können den Sprung ins Spital verhindern*

Das Trampolin gehört für viele Familien zur „Grundausstattung“ im eigenen Garten. Trampolinspringen ist ein exzellentes Muskeltraining und schult die Koordinationsfähigkeit: beides wichtige Faktoren, um Unfälle zu vermeiden. Doch so positiv diese Form von Bewegung für Kinder ist, so wollen Eltern darauf aufmerksam gemacht werden, dass die Verletzungsgefahr bei diesem Trendsport nicht zu unterschätzen ist. Eine aktuelle Studie des Vereins GROSSE SCHÜTZEN KLEINE zeigt: Trampolinunfälle boomen! Bis zu 10.000 Kinder müssen pro Jahr nach einem Trampolinunfall an Österreichs Spitälern behandelt werden. Beachtet man jedoch einige Sicherheitstipps, sinkt das Verletzungsrisiko massiv – ohne auf Kosten des Spaßes zu gehen!

„Mehr als 400 Kinder bis 14 Jahre werden jährlich nach einem Trampolinunfall an unserer Klinik behandelt. 2005, zu Beginn des Gartentrampolin-Booms, waren es 76“, berichtet Univ.-Prof. Dr. Holger Till, Präsident des Vereins GROSSE SCHÜTZEN KLEINE und Vorstand der Grazer Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie. 85 % der Trampolinunfälle passieren am Gartentrampolin, gefolgt von Indoor-Trampolinparks. Seit dem Jahr 2005 steigen die Behandlungszahlen stetig an – wobei die zusätzliche Steigerung ab Ende 2016 auf die damals eröffnenden Indoor-Trampolinparks zurückzuführen ist. Hochgerechnet auf die Steiermark passieren also gut 1.000 Trampolinunfälle pro Jahr; für Österreich bedeutet dies 8.500 bis 10.000 verletzte Kinder.

Armbrüche an der Tagesordnung; Mädchen verletzen sich genauso oft wie Burschen

„Im Schnitt ist das verunfallte Kind am Gartentrampolin 8 Jahre alt. Mädchen sind genauso häufig betroffen wie Burschen. Die meisten Trampolinunfälle passieren gleich zu Saisonbeginn im April. Bei einem Drittel der Unfälle am Gartentrampolin handelt es sich medizinisch betrachtet um mittelschwere bis schwere Verletzungen“, so Studienautor Dr. Peter Spitzer vom Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE. Dem typischen Bewegungsmuster entsprechend sind Beine und Füße am häufigsten von Verletzungen betroffen. Betrachtet man jedoch nur die mittelschweren bis schweren Verletzungen, findet sich der wesentlich größere Anteil bei den Armen und Händen. 60 % aller Arm- und Handverletzungen sind „mittelschwer bis schwer“, gefolgt von Bein- und Fußverletzungen (28 %), Verletzungen des Rumpfes (17 %) und des Kopfes (16 %). Kinderchirurgie-Vorstand Till: „Die mittelschweren bis schweren Verletzungen sind meist Knochenbrüche. Aber auch Bänderrisse bzw. -ausrisse und Gehirnerschütterungen kommen immer wieder vor“. Der Anteil der stationären Aufnahme liegt beim Gartentrampolin bei 6 %.

Unfallursachen: geringe Trampolinkenntnisse und unterschätzte Kräfte

Zusätzlich zur Auswertung der Klinikdaten wurden in der aktuellen Studie 275 Eltern junger PatientInnen, welche in den letzten beiden Jahren nach einem Gartentrampolin-Unfall an der Grazer Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie behandelt wurden, ausführlich zum Unfallhergang befragt: Als häufigste Unfallursache wird das allgemeine Trampolinspringen angegeben, gefolgt von der Kollision mit einem anderen Kind. „Den meisten Kindern und Eltern ist gar nicht bewusst, wo Gefahren am Trampolin lauern. Die Unfallgefahr wird oft völlig falsch eingeschätzt, weil das Trampolin „weich“ wirkt. Tatsächlich passieren die meisten Verletzungen bei

Rückfragen:

Elisabeth Fanninger, BA | Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE
0316 / 385 13764 | elisabeth.fanninger@klinikum-graz.at



schlechten Landungen mitten am Trampolin und durch den Federeffekt, wenn mehrere – vor allem unterschiedlich schwere – Kinder gleichzeitig am Trampolin springen. Landungen auf einem Bein oder mit den Armen am Trampolin sind weit gefährlicher, als üblicherweise angenommen. Schwerste Verletzungen können bei Landungen am Kopf auftreten, z.B. bei missglückten Saltoversuchen. Zu glauben, dass solche Landungen vom Trampolin abgedefert werden können, ist dabei ein fataler Irrglaube“, gibt DI Dr. Dieter Hayn von der Sektion Trampolin des Landesturnverbandes Steiermark zu bedenken.

Trampolinkenntnisse und Regeln statt generellem Verbot

15 % der befragten Eltern geben an, dass das Kind an den Folgen des Trampolinunfalls leidet. Unter den am häufigsten genannten Unfallfolgen sind Narben und Bewegungseinschränkungen. Von den befragten Eltern haben 41 % Maßnahmen beschrieben, die sie nach dem Unfall ergriffen haben. Am häufigsten wird nun die Personenanzahl auf dem Trampolin auf eine Person eingeschränkt. In einigen Fällen wird das Gartentrampolin weggegeben oder gar das Springen an sich verboten.

„Uns ist es ein Anliegen, dass Kindern wie Eltern der Spaß am Trampolinspringen nicht durch eine schwere Verletzung verdorben wird“, betont Till. Der Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE plant nun, gemeinsam mit dem Landesturnverband Steiermark - Sektion Trampolin Kurse zum richtigen Trampolinspringen anzubieten. „Um schwere Verletzungen bestmöglich zu vermeiden, ist es unerlässlich, dass Kinder ein Gefühl fürs Trampolinspringen bekommen. Sie sollen lernen, wie man sicher landet und bei einem drohenden Sturz richtig fällt. Die ersten Saltoversuche sollten niemals ohne professionelle Hilfe unternommen werden, z.B. in einem Trampolinverein“, so Trampolinexperte Hayn. Auch Eltern sollen in diese Kurse miteinbezogen werden. Denn nicht zuletzt liegt auch bei ihnen die Verantwortung, ihre Kinder auf die Gefahren und das sichere Verhalten am Trampolin aufmerksam zu machen.

Wichtig ist es außerdem, sich den Zustand des Trampolins regelmäßig anzuschauen, betont Spitzer: „Viele Trampoline, die in den Gärten stehen, sind schon etwas älter. 19 % der an einem Unfall beteiligten Trampoline werden in den Jahren 2017 oder 2018 gekauft, der Rest ist wesentlich älter. Das Alter und die ganzjährige Aufstellung bedingen auch entsprechende Abnutzungs- und Alterungserscheinungen vor allem beim Netz und den Polsterungen“.

Top 10 der Trampolin-Regeln

aus dem Buch „Sicher Trampolinspringen“ von Dieter Hayn und Pia Zottmann
(erscheint in Kürze im Meyer & Meyer Verlag)

1. Immer nur einer am Trampolin
2. Kein Springen von Kindern unter 3 Jahren
3. Feder-Polsterung und Sicherheitsnetz anbringen
4. Trampolin regelmäßig auf Schäden prüfen
5. Trampolin auf ebener und harter Fläche aufstellen
6. Keine Gefahrenquellen rund ums Trampolin
7. Nicht mit Schuhen springen
8. Saltos nicht ohne professionelle Hilfe springen
9. Kinder nur unter Aufsicht springen lassen
10. Mit Hausverstand und Respekt Trampolinspringen

Rückfragen:

Elisabeth Fanninger, BA | Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE
0316 / 385 13764 | elisabeth.fanninger@klinikum-graz.at