

# Operationszentrum für Sport- und Freizeitverletzungen

Es geschieht meistens am Nachmittag: Erschöpfung, Müdigkeit und fehlende Konzentration führen zu Unfällen auf der Piste. Am häufigsten ist das Knie betroffen, dicht gefolgt von Verletzungen an der Schulter, am Handgelenk oder am Fuß.

## Welche Verletzungen treten im Wintersport am häufigsten auf?



**Dr. Robert Gruber:** Egal, ob beim Ski-fahren oder Tourengehen: Verletzungen treten vor allem am Knie auf. Das hat für Kreuzband

und Meniskus Konsequenzen. Bei Stürzen ist oft auch die Schulter betroffen. Snowboarder sind häufig mit Speichen-Frakturen und anderen Handgelenksverletzungen konfrontiert. Bei Rodlern stehen Fuß- und Sprunggelenksverletzungen im Vordergrund.

## Welche Rolle spielen Erschöpfung, Müdigkeit und fehlende Konzentration für Verletzungen auf der Piste?



**Prof. Dr. Hans-Christian Jeske:** Wir wissen, dass die meisten Unfälle am Ende eines Skitages stattfinden. Der Nachmittag

ist deutlich verletzungssträchtiger als der Vormittag.

## Wie lange ist die Heilungsdauer nach Knieverletzungen?



**Dr. Florian Perwanger:** Das hängt vom Alter des Patienten, von der Verletzungsform und vom Alter der Verletzung ab.

Wenn ein Meniskus oder das Kreuzband reißt, hängt die Heilungsdauer vom Eingriff ab. Nach manchen Meniskus-Operationen ist eine sportliche Aktivität schon nach wenigen Wochen wieder möglich, nach Meniskusnähten wird Sport wie Fußballspielen auf Wettkampfniveau frühestens nach einem halben Jahr wieder empfohlen.



SHUTTERSTOCK

## Wie gehen Sie bei Knochenbrüchen vor?

**Dr. Robert Gruber:** Knochenbrüche können operativ und konservativ (ohne Operation) behandelt werden. Konservative Behandlungen benötigen Ruhigstellung in Form von Gipsverbänden oder Schienen. Für die Gipsverbände werden heutzutage unterschiedliche Materialien benutzt, die häufig leichter sind als der klassische Weißgipsverband. Für manche Verletzungen ist jedoch nach wie vor Weißgips notwendig. Bei den Operationen werden hauptsächlich Nägel, Platten, Schrauben, Stifte, Anker und Drähte benutzt. Manchmal ist auch nach der Operation Ruhigstellen mit Gipsen oder Schienen notwendig, manchmal Entlastung beispielsweise in Form von Krücken.

## Muss alles gleich operiert werden?

**Prof. Dr. Hans-Christian Jeske:** Nein, wenn man alle operationspflichtigen Verletzungen bedenkt, benötigen nur wenige eine sofortige operative Versorgung. Dazu zählen Verletzungen wie offene Brüche, weil sonst die Infektionsgefahr zu groß wird. Viele Verletzungen sind leichter zu behandeln,

wenn man sie innerhalb von wenigen Tagen operiert. Es gibt natürlich auch Operationen, die man in Ruhe planen kann. Bei manchen Operationen erzielt man bessere Resultate, wenn man etwas zuwartet. Wichtig ist es uns, die jeweilige Situation immer gut mit den Patienten zu besprechen.

## Wie können Wintersportverletzungen vermieden werden?

**Dr. Florian Perwanger:** Wir von der Bozner Praxismgemeinschaft OrthoPlus raten allen, sich konditionell gut auf den Wintersport vorzubereiten, auf der Piste unbedingt Helm zu tragen, Bindungen regelmäßig zu überprüfen und vorsichtig zu fahren. Große Menschenansammlungen auf den Pisten gilt es nicht nur in Corona-Zeiten zu meiden: Wenn zu viele Leute unterwegs sind, steigt das Verletzungsrisiko.

## Behandeln Sie auch Kinder?

**Dr. Robert Gruber:** Ja, selbstverständlich, Kinder verletzen sich häufig. Meistens kann man die kindlichen Verletzungen ohne Operationen (konservativ) behandeln, manchmal ist aber auch eine Operation nötig. Wir haben in diesem Bereich viel Erfahrung.



Dr. Robert Gruber, Dr. Florian Perwanger und Prof. Dr. Hans-Christian Jeske sind erfahrene Traumatologen. Sie arbeiten bei OrthoPlus, dem Zentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie und Physiotherapie in Bozen und operieren im Traumazentrum in der CityClinic in Bozen Süd.

**OrthoPlus**  
Talfergasse 2c  
39100 Bozen  
Tel. 0471/976433  
[www.orthoplus.bz.it](http://www.orthoplus.bz.it)

**CityClinic**  
WE CARE

Experten für Freizeit- und Sportverletzungen in der CityClinic Bozen:

Dr. Robert Gruber  
Prof. Dr. Hans-Christian Jeske  
Dr. Florian Perwanger

[www.cityclinic.it](http://www.cityclinic.it)

Sanitätsdirektor Dr. Helmuth Ruatti