

Kinderunfälle am Trampolin: Risiko lässt sich gut verringern

Graz (APA) - Trampolinspringen ist bei Kindern beliebt, aber nicht ganz ungefährlich. Grazer Unfallmediziner haben am Dienstag darauf aufmerksam gemacht, dass österreichweit jährlich rund 10.000 Kinder nach einem Trampolinunfall im Spital landen. Mit einigen Sicherheitsregeln konnte das Verletzungsrisiko allerdings massiv sinken, zeigten sich die Experten im Pressegespräch in Graz überzeugt.

Etwa 1.200 Kinder verunglücken jährlich in der Steiermark am Trampolin. „Mehr als 400 Kinder bis 14 Jahren werden an unserer Klinik behandelt“, schilderte Holger Till, Präsident der Vereins „Große schützen Kleine“ und Primar der Grazer Uniklinik für Kinder- und Unfallchirurgie, die aktuelle Situation. Seit dem Beginn des Trampolinbooms im Jahr 2005 steigen die Zahlen jedoch kontinuierlich an: 2006 waren es noch 76 Patienten, berichtete Peter Spitzer vom Forschungszentrum für Kinderunfälle des Vereins. Mit Eröffnung von Indoor-Trampolinparks im Jahr 2016 habe es einen zusätzlichen Schub gegeben, schilderte Spitzer den negativen Aufwärtstrend.

„Natürlich sind nicht alle Unfälle schwer, es sind aber auch nicht nur Knochen, die brechen“, umriss der Grazer Kindermediziner. Die Palette reiche von Verstauchungen über Bänderrisse und Bänderausrisse bis hin zu Verletzungen der Wirbelsäule, des Kopfes und selbst Nierenverletzungen. Immerhin 15 Prozent aus einer Studie von 275 befragten Eltern von verletzten Kindern gab an, dass die kleinen Trampolinspringer bleibende Folgen davontrugen.

„Wir wollen Kindern und Eltern den Spaß am Trampolinspringen nicht verderben, die Bewegung am Trampolin ist jedenfalls positiv zu bewerten. Sie unterstützt die Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit“, betonte Till. Viele Unfälle ließen sich einfach vermeiden, wenn bestimmte Regeln eingehalten werden, hielt der Klinikvorstand fest.

Vor allem sei es wichtig, dass immer nur jeweils ein Kind am Trampolin hüpfte, damit Kollisionen vermieden werden, erläuterte Dieter Hayn vom Landesturnverband Steiermark - Sektion Trampolin. Für Kinder unter drei Jahren sei das Trampolin nicht zu empfehlen, „die Knochen halten das noch nicht aus“. Jedenfalls sollten eine Federpolsterung rund um das Sprungnetz und ein Sicherheitsnetz vorhanden sein und die Sicherheitseinrichtungen immer wieder auf Schäden überprüft werden. Die Stellfläche sollte unbedingt eben und hart sein: „Mir wird schlecht, wenn ich sehe, wie die Trampolins teilweise aufgestellt sind“, berichtete Hayn. Der Grazer Trampolintrainer hat gemeinsam mit Pia Zottmann das Buch „Sicher Trampolinspringen“ geschrieben.

Jedenfalls sollten Kinder, die mit dem Trampolinspringen beginnen, zuerst lernen, wie man sicher landet. Erste Saltoversuche sollten niemals ohne professionelle Hilfe unternommen werden. In Graz können Kinder die Sommerferien nützen, um mehr nützliche Tipps zu erfahren: In einem 20-stündigen Kurs „Sicheres Trampolinspringen“ zeigen die Trainer vom Trampolin und Free Style Club Graz, wie sie Spaß beim Hüpfen haben und die Verletzungsgefahr trotzdem so gering wie möglich halten.

(S E R V I C E - Informationen zum Trampolin-Sicherheitskurs: <http://www.tfcg.at/>, zu „Große schützen Kleine“: <http://grosse-schuetzen-kleine.at/>)