



Katholisches Klinikum Essen

## Presseinformation

Marienhospital Altenessen  
Hospitalstraße 24  
45329 Essen  
Tel. (0201) 6400-1310

Philippusstift  
Hülsmannstraße 17  
45355 Essen  
Tel. (0201) 6400-1370

St. Vincenz Krankenhaus  
Von-Bergmann-Straße 2  
45141 Essen  
Tel. (0201) 6400-1340

Homepage [www.kk-essen.de](http://www.kk-essen.de)  
Zeitschrift [www.gesundinessen.de](http://www.gesundinessen.de)  
Facebook <https://www.facebook.com/katholischesklinikumessen>  
Google+ <https://plus.google.com/112605166316317693064>  
Twitter [https://twitter.com/KK\\_Essen](https://twitter.com/KK_Essen)  
Xing <https://www.xing.com/companies/katholischesklinikumessengmbh>

### **Ihr Ansprechpartner für Pressefragen:**

Oliver Gondolatsch  
Tel. (02 01) 6400-1020  
Fax (02 01) 6400-1029  
Mail [o.gondolatsch@kk-essen.de](mailto:o.gondolatsch@kk-essen.de)

Essen, 06.11.2014

### **Nasses Laub und Eisglätte treiben Zahl der Knochenbrüche in die Höhe**

**Laut Statistischem Bundesamt kam es auf Deutschlands Straßen im vergangenen Jahr zu 15818 Unfällen mit Personenschäden durch Glätte und Eis. Im Winter sind viele auf Glätte vorbereitet, doch nasses Laub im Herbst kann genauso rutschig sein.**

„Wer diese Stolperfalle im Herbst unterschätzt und sich nicht mehr rechtzeitig abfangen kann, dem kann ein Sturz wochenlange Bettlägerigkeit bringen“, sagt Dr. Peter Kaivers, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Hand- und Fußchirurgie des Katholischen Klinikums Essen. Während der kalten Monate versorgt die Klinik aufgrund von Stürzen bei nassen oder glatten Straßen fast doppelt so viele Knochenbrüche, Prellungen, Bänder- und Muskelfaserrisse als sonst.

### **Stürze auf Laub werden unterschätzt**

Für Fußgänger ist nasses Laub im Herbst, was im Winter Schnee und Glatteis sind: gefährliche Rutschfallen. „Die Verletzungszahl steigt im Herbst, weil die Spaziergänger auf nassem Laub ausrutschen und der ungebremste Aufprall auf den Boden heftig ist“, so Dr. Kaivers. Ein solcher Sturz führt oft zu stärkeren Verletzungen, da man nicht vorbereitet ist.

Insbesondere Fahrradfahrer unterschätzen oft rutschige Straßen und Gehwege.

### **Lange Genesungsphasen sind vorprogrammiert**

„Für Eltern und Berufstätige ist weniger der Sturz selbst oder die damit verbundenen Schmerzen das Problem, sondern die ungeplante Auszeit, die damit zusammen hängt“, sagt Dr. Kaivers. Knochenbrüche oder Bänderrisse heilen langsam, man muss mindestens vier bis sechs Wochen für die Genesung einplanen. Bei älteren Patienten besteht außerdem die Gefahr, dass sie bettlägerig werden oder bei Knochenbrüchen sogar eine künstliche Hüfte oder ein künstliches Kniegelenk brauchen.

### **Bänderrisse und Muskelfaserrisse legen Gestürzte lahm**

Bänderrisse gehören neben Knochenbrüchen zu den häufigen und langwierigen Verletzungen. Nicht immer muss operiert werden: Ein Bänderriss am Fußknöchel heilt in 90 Prozent der Fälle von alleine und wird nur ausnahmsweise operiert. Andere Bänder hingegen müssen operiert werden: „Bei einem Kreuzbandriss wird fast immer operiert, um bleibende Schäden, zu vermeiden“, so Dr. Kaivers.

Muskelfaserrisse kann man zu Hause behandeln - allerdings nur, wenn man auch sicher weiß, dass es sich um einen solchen handelt. Ein Arztbesuch ist aber unerlässlich. In erster Linie gilt es, sich zu schonen, den Muskel in den ersten Tagen zu kühlen. Ist der Schmerz abgeklungen, kann man die Belastung steigern – so weit, bis keine Schmerzen mehr auftreten. „Das Auskurieren eines Muskelfaserrisses dauert in der Regel vier bis sechs Wochen. Danach sollte sich das Muskelgewebe ausreichend stabilisiert haben das eine schmerzfreie Mobilisation möglich ist“, erläutert Dr. Kaivers.