

Gefährliches Trampolinspringen / Kreuzbandverletzungen bei Kindern werden immer mehr, wären aber oft vermeidbar

Experten der GOTS weisen auf immer mehr Kreuzbandverletzungen bei Kindern hin. Diese sind gefährlich, da die Jüngsten wegen ihrer noch offenen Wachstumsfugen nicht wie Erwachsene operiert werden können. In vielen Sportarten fehlen ein kindgerechtes Training samt passender Prävention. Aber auch in der Freizeit passieren viele Unfälle, die das Kniegelenk nachhaltig schädigen. Eine besondere Gefahr stellt dabei das Trampolinspringen dar. Zu den wichtigsten Fakten rund um das Thema Kreuzbandverletzungen bei Kindern, referiert Prof. Dr. Romain Seil, vom Centre Hospitalier de Luxembourg, auf dem 13. Zeulenrodaer Kongress für Orthopädie und Sportorthopädie (ZKOS).

Prof. Seil ist Co-Direktor des IOC Forschungszentrums für Verletzungsprävention in Luxemburg und außerordentlicher Professor für Orthopädische Chirurgie an der Universität des Saarlandes. Er sagt: „Die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit Kreuzbandverletzungen steigt unaufhaltsam. Das Krankheitsbild ist von einer seltenen Erkrankung zur regelrechten Epidemie geworden.“

Über 90 Prozent dieser Verletzungen passieren im Sport. Betroffen sind Kinder ab 9 Jahren aufwärts. Besonders häufig passiert es in den Sportarten Fußball, Ski alpin und – eben beim Trampolinspringen im heimischen Garten. Dabei fällt häufig ein Kind auf das andere oder es kommt nach der Landung falsch auf bzw. fällt aus dem Trampolin heraus. Aus diesen Gründen wird diese Sportart von amerikanischen Pädiatriegesellschaften nicht empfohlen.

Unter den 13- bis 15-Jährigen explodiert die Anzahl der Kreuzbandverletzungen dann noch einmal regelrecht. Die Kniegelenke sind dann bereits ausgewachsen, aber Muskulatur, Sehnen und Bänder noch nicht voll entwickelt. Die motorische Kontrolle unter diesen Bedingungen ist deshalb nicht so gut. „Gleichzeitig steigt jedoch extrem die Belastung, viele Kinder steigen in diesem Alter in nationale und sogar internationale Wettbewerbe und Turniere ein. Das gab es so vor 20 Jahren noch nicht und auch nicht so viele gerissene Kreuzbänder und kaputte Knie“, so Seil.

Die Kinder und Jugendlichen sind motorisch nicht gut geschult, es gibt fast nirgends ein Präventionstraining in diesem Alter, um den Verletzungen vorzubeugen obwohl wissenschaftlich gesichert ist, dass man 50% davon vermeiden kann, moniert der Mediziner. Zusätzlich kennen sich viele Trainer nicht mit dem kindlichen Wachstum und der Reifung aus. Bei solchen ernstesten Knieverletzungen in jungen Jahren ist ein Hochleistungssport später in den meisten Fällen ausgeschlossen. Aber ob Leistungssport oder nicht: mittelfristig droht allen jungen Patienten eine Arthrose. Seil: „Das Knie ist dann schlagartig 10 bis 20 Jahre älter als der Patient selbst.“

Das kann später auch Jobausfall und Frührente bedeuten.

Viele Erwachsene kommen leider ihrer Fürsorgepflicht nicht nach. Und: die Sportverbände machen sich mitschuldig, wenn sie keine entsprechende Prävention anbieten.

URL zur Pressemitteilung: <https://www.gots.org/blog/category/pressemitteilungen/>

ZKOS®

The logo for ZKOS features the text 'ZKOS' in a bold, sans-serif font. The letter 'O' is a solid blue circle. Behind the text are three concentric light blue circles. To the right of the text is a registered trademark symbol (®). A partial green circle is visible on the left edge of the page.

13. Zeulenrodaer Kongress für Sportorthopädie