

MEDIZIN

Hüpfen, bis der Arzt kommt

Trampolinspringen ist gefährlich. Zarte Kinderknochen brechen häufiger als vermutet – vor allem trifft es die Beine, aber auch Arme, Schädel und Wirbelsäule.

Es sei alles sehr, sehr schnell gegangen, erzählt Noées Papa. Gerade noch war die Anderthalbjährige mit dem dreijährigen Bruder lustig um die Wette gehüpft. Im nächsten Moment brach das Schienbein des Mädchens. Knapp unter dem Knie, eine gefährliche Stelle.

„Wir haben eigentlich immer darauf geachtet, dass die Kinder nicht zusammen aufs Trampolin gehen“, sagt der Vater heute, drei Monate später. „Als wir dann eine Minute nicht hinsahen, waren sie doch beide drauf.“

Noées Unfall auf dem heimischen Sprungtuch im schweizerischen Unterentfelden steht exemplarisch für die Risiken des Trampolinspringens. Bei gutem Wetter eilen Kinder allerorten in die Gärten, um sich in die Luft zu katapultieren. Doch die Trendsportart ist gefährlich.

Experten verzeichnen in den letzten Jahren einen deutlichen Anstieg der Verletzungszahlen. „Trampoline sind kein Spielzeug“, sagt der Kinderchirurg Peter Klimek vom Kantonsspital Aarau in der Schweiz. „Die Gefahren werden massiv unterschätzt.“

Auch Lucas Wessel, Leiter der Kinderchirurgischen Universitätsklinik in Mannheim, warnt: „Auf den Rand fallen ist noch die harmlosere Variante“, sagt er, „schlimm wird es, wenn die Kinder regelrecht aus dem Trampolin herauskatapultiert werden.“ Beinbrüche, Ellenbogenfrakturen, Wirbelsäulenstauchungen, Schädelbrüche: Die Evolution hat den menschlichen Körper nicht sonderlich gut auf die Erfindung des Hüpfens im Superlativ vorbereitet.

Dabei sind die aufgespannten Sprungtücher eigentlich bestens dafür geeignet, den Körper zu stählen. Könnern vollführen auf dem Gerät Kunststücke wie den „Babyfliffi“ (Fünfviertelsalto vorwärts mit halber Schraube aus der Rückenlage zum Stand), den „Miller plus“ (Doppelsalto rückwärts mit dreifacher Schraube) oder den „Double Cat-Twist“ (Doppelschraube aus der Rückenlage).

Doch für Ungeübte erweist sich das auch „Wurfmaschine“ genannte Sportgerät oft als wahrer Knochenbrecher. Vor

allem kleine Kinder sind gefährdet, warnt Klimek. „Ihr Skelett ist den Kräften, die beim Trampolinspringen auftreten können, häufig einfach noch nicht gewachsen.“

So war es auch bei der sechsjährigen Nadine aus der Nähe von Aschaffenburg. Auf einem Indoor-Spielplatz setzte sich das Mädchen auf einem Trampolin einfach hin und streckte arglos die Beine aus. Ein Fußknochen zerbarst, als ein anderes Kind aus Versehen mit vollem Gewicht darauf landete. „Es hat sechs Wochen gedauert, bis sie wieder auftreten konnte“, berichtet Martina Morian, die Mutter des Mädchens. Inzwischen hüpfte Nadine wieder.

Es kann noch deutlich schlimmer kommen. Die US-Kinderärztinnen Susannah Briskin und Michele LaBotz warnen in einer Studie der American Academy of Pediatrics beispielsweise eindringlich vor

eines schweren Kindes das Sprungtuch mit Macht nach oben schnellen lässt, prallen Fuß und Tuch aufeinander. Dabei wird das Bein komprimiert und am Knie stark überstreckt. Dann gibt der Knochen nach.

Das Schienbein der kleinen Noée brach auf diese Weise. Das Problem bei der Trampolin-Fraktur: Genau an der typischen Bruchstelle liegt auch die Wachstumsfuge, die sich durch die Belastung verschieben oder im Verlauf sogar frühzeitig schließen kann. Wachstumsstörungen können die Folge sein, sagt Klimek: „Wenn nicht fachgerecht behandelt wird, kann das ganze Bein schief werden.“

Dabei ließe sich die Unfallgefahr durch einfache Regeln minimieren. „Die meisten Unfälle passieren, wenn mehrere Kinder unterschiedlichen Alters und Gewichts zusammen auf einem Trampolin springen“, sagt Kinderchirurg Wessel. Zu-



Mädchen auf dem Trampolin: Könnern vollführen Kunststücke wie den „Babyfliffi“

Verletzungen der Halswirbelsäule. Mehr als jeder zehnte Trampolinunfall betreffe Hals und Kopf, oftmals verursacht durch den „Sturz vom Trampolin oder bei dem Versuch, Überschläge zu machen“, berichten die Forscherinnen.

Einer von 200 Unfällen führe gar zu „permanenten neurologischen Schäden“. Werde der Nacken zu sehr überstreckt, könnten etwa die Halsarterien einreißen. Für die Amerikanerinnen ist die Sachlage klar: Vom Trampolinspringen sei „dringend abzuraten“.

Peter Klimek sieht es nicht ganz so dramatisch. Allerdings ist er absolut dagegen, Kinder unter sechs Jahren auf das Hüpfgerät zu lassen. Bei ihnen könne es zu komplizierten Brüchen wie der „Trampolin-Fraktur“ kommen: Wenn ein leichtes Kind genau in jenem Moment auf dem Trampolin landet, in dem der Absprung

dem rät er Eltern, die hüpfenden Sprösslinge auf keinen Fall aus den Augen zu lassen und die Polsterung sowie das Sicherheitsnetz immer wieder zu überprüfen.

Dann, versichern die Ärzte, könnten Unfälle wie jener von Noée künftig vermieden werden. „Noée hat lange geschrien und geweint“, erinnert sich der Vater, immer noch mit Mitgefühl. Drei Wochen lag das Mädchen im Gips. Es hat Glück gehabt: Spätschäden wird die Kleine glücklicherweise nicht davontragen.

Und obwohl sie im Oktober erst zwei wird, darf Noée sogar wieder auf dem Trampolin herumtollen. „Es ist sehr schwer, den Bruder springen zu lassen, es der Kleinen aber zu verbieten“, beschreibt der Vater das Eltern-Dilemma: „Einzeln lassen wir die Kinder jetzt wieder auf das Gerät.“

PHILIP BETHGE