

Pressemitteilung

Unfälle mit E-Bikes - Hirn einschalten und Stürze vermeiden

BAD ISCHL. Mit dem Frühling erwachen wieder die Lebensgeister und der Drang die aufblühende Natur zu erkunden. Besonders gut und kräfteschonend gelingt das mit elektrisch angetriebenen Fahrrädern. Seit einigen Jahren hält der E-Bike-Boom ungebrochen an, gleichzeitig ist aber auch die Zahl der Unfälle mit den Elektrofahrrädern stark angestiegen.

Dieser negative Trend zeigt sich auch an den Unfallabteilungen des Salzkammergut Klinikums (SK). *„Wir mussten in den letzten Jahren viele schwere Verletzungen, auch mit Langzeitfolgen, versorgen. Diese Verletzungen nach E-Bike-Unfällen sind mittlerweile in Bezug auf Häufigkeit und Schwere wesentlich problematischer, als Verletzungen nach Motorradunfällen, weil keine Schutzanzüge mit Protektoren getragen werden. Manchmal wird sogar auf eine minimale Schutzkleidung wie Handschuhe und Helm überhaupt verzichtet“*, berichtet Prim.^a Dr.ⁱⁿ Johanna Berger aus der Praxis. Für die Leiterin der Abteilung für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie am SK Bad Ischl sind auch persönliche Fehleinschätzungen häufige Gründe für Unfälle: *„Mit einem Elektrofahrrad rücken heute auch für nicht gut trainierte Freizeitsportler Ziele in die Nähe, die sie mit einem herkömmlichen Fahrrad gar nicht erreichen würden. Die Leute bedenken oft nicht, dass man beispielsweise von einer Alm auch wieder herunterkommen muss. Auch Alkohol spielt dabei nicht selten eine folgenschwere Rolle“*.

Nicht zuletzt aufgrund des höheren Gewichts der E-Bikes und der erreichbaren Geschwindigkeiten dürfen die motorbetriebenen Räder nicht unterschätzt und das eigene Können überschätzt werden. Vor allem auch dann nicht, wenn der Zustand des Weges

plötzlich schlechter wird oder Hindernisse auftauchen: „*Es passiert leider immer wieder, dass E-Bikerinnen und E-Biker mit hoher Geschwindigkeit in geschlossene Schranken krachen und sich dabei schwerste Verletzungen zuziehen*“, so Prim.^a Berger.

Körperliche Fitness ist Voraussetzung

Der Elektromotor eines E-Bikes unterstützt am besten, wenn es bergauf geht oder wenn die Kräfte schwinden. Man darf sich aber nicht erwarten, dass man sich selbst nicht mehr anstrengen muss. Das gilt vor allem für Menschen, die an einer Erkrankung leiden oder körperlich nicht ganz fit sind. Die Medizinerin rät deshalb vorsorglich zu einer ärztlichen Untersuchung beim Hausarzt/der Hausärztin und appelliert an alle, das Hirn einzuschalten: „*Manche Menschen fahren in der größten Mittagshitze, verausgaben sich voll und fallen dann vor Erschöpfung oder im schlimmsten Fall mit einem Herzinfarkt vom Rad. Weshalb es sehr wichtig ist, keine Gewalttouren ohne entsprechendes Training zu machen und auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten*“.

Tipp für Angehörige

„*Es ist keine gute Idee älteren Menschen, die schon etwas schlecht bei Fuß sind, ein E-Bike zu schenken, damit sie wieder mobiler werden. Sie sind oft jahrelang auf keinem Fahrrad gesessen und kennen nur Fahrräder mit einer Rücktrittsbremse. Gerade diese Personen sind massiv sturz- und verletzungsgefährdet*“, warnt Prim.^a Johanna Berger vor einem gut gemeinten Geschenk, das aber nie ohne entsprechendes Fahrtraining benützt werden soll.

Bad Ischl, am 4. April 2023

Bildtext 1: Prim.^a Dr.ⁱⁿ Johanna Berger

Fotocredit: OÖG, honorarfrei

Bildtext 2: Die Zahl der Unfälle mit E-Bikes ist stark im Steigen begriffen.

Fotocredit: [shutterstock.com](https://www.shutterstock.com), honorarfrei

Kurzfassung

Die Zahl der Unfälle mit E-Bikes ist stark im Steigen begriffen. *„Dabei sind die Verletzungen mittlerweile in Bezug auf Häufigkeit und Schwere wesentlich problematischer als Verletzungen nach Motorradunfällen, weil keine Schutzanzüge mit Protektoren getragen werden. Oft wird auch auf Handschuhe oder das Tragen eines Schutzhelmes verzichtet“*, berichtet Prim.^a Dr.ⁱⁿ Johanna Berger, die Leiterin der Abteilung für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie am Salzkammergut Klinikum Bad Ischl. Oft sind auch die Ziele zu weit gesteckt und nicht selten spielt Alkohol eine folgenschwere Rolle. Auch Gewicht und die Geschwindigkeit eines E-Bikes dürfen nicht unterschätzt werden. *„Es passiert leider immer wieder, dass E-Bikerinnen und E-Biker mit hoher Geschwindigkeit in geschlossene Schranken krachen“*, so Berger. Auch beim Fahren mit Elektromotor braucht es eine gewisse Anstrengung. Die Medizinerin rät deshalb vor allem Menschen mit Erkrankungen oder fehlender Fitness zu einer Untersuchung beim Hausarzt/der Hausärztin, bevor es mit dem Rad in die Natur geht. Wichtig ist auch, sich realistische Ziele zu stecken und für ausreichend Flüssigkeitszufuhr zu sorgen. Ältere Menschen, die jahrelang auf keinem Fahrrad gesessen sind, sind besonders sturz- und verletzungsgefährdet.

Rückfragen bitte an:

Wolfgang Baihuber
PR & Kommunikation, SK Bad Ischl. Gmunden. Vöcklabruck
E-Mail: wolfgang.baihuber@oöeg.at
Tel.: 05 055471-22250