

P r e s s e m i t t e i l u n g

Verletzungsrisiko minimieren: So kommen Sie unfallfrei durch das Gartenjahr

ROHRBACH/OBERÖSTERREICH. Viele nutzen die coronabedingten Ausgangsbeschränkungen, um die im Frühling anstehenden Gartenarbeiten zu erledigen. Die Beschäftigung in der freien Natur wirkt positiv auf Herz und Kreislauf, stärkt das Immunsystem und baut Stress ab. Doch jährlich verletzen sich bei der Gartenarbeit mehr als 25.000 Menschen in Österreich so schwer, dass sie im Krankenhaus versorgt werden müssen. Dr. Verena Lühje, Fachärztin für Unfallchirurgie vom Klinikum Rohrbach weiß, wo die Gefahren lauern und wie Verletzungen vermieden werden können.

„Stürze zählen zu den häufigsten Unfällen im Garten. Insbesondere Stürze von Leitern enden oft mit Knochenbrüchen, vor allem Unterschenkel sowie Hand- und Fußgelenke sind betroffen. Auch schwere Kopfverletzungen sind bei dieser Art von Unfall keine Seltenheit“, sagt OÄ Dr. Verena Lühje vom Klinikum Rohrbach. Schlampige Vorbereitung, rutschige oder morsche Sprossen und ein schiefer Untergrund sind die Hauptursachen für Unfälle mit Leitern. Deshalb sollten nur stabile Leitern mit rutschhemmenden Sprossen und Gummifüßen verwendet und auf ebenem Boden aufgestellt werden.

Gartengeräte sorgsam verwenden

Auch Verletzungen mit scharfen oder spitzen Gegenständen gehören zu den häufigen Verletzungen der Hobbygärtnerinnen und -gärtner. Die Gartenschere ist im Dauereinsatz, viele Arbeiten gehen routiniert und automatisch von der Hand. Doch hier ist Konzentration angesagt, denn schnell hat man sich dabei in den Finger geschnitten. Auch wenn der Schnitt nicht tief ist, können durch den Schmutz an den Händen Entzündungen entstehen. Gartenhandschuhe schützen vor kleineren Verletzungen. Erwachsene sollten alle zehn Jahre ihre Tetanus-Impfung auffrischen lassen.

Achtung: Fliegende Steine!

Motorsensen erfreuen sich seit einigen Jahren steigender Beliebtheit. Bevor damit Rasenflächen gemäht werden oder Gras an Ecken getrimmt wird, sollten die Flächen abgesucht und herumliegende Steine oder Äste aufgesammelt werden. Denn kommen diese mit der rotierenden Klinge des Geräts in Berührung, fliegen sie in alle Richtungen und können Platzwunden und Blutergüsse verursachen. Daher gilt: Eine Schutzbrille ist Pflicht, sonst kann die Arbeit sprichwörtlich ins Auge gehen.

Auf richtige Ausrüstung achten

Die meisten Gartenunfälle passieren aus Unachtsamkeit oder unter Zeitdruck. Die Expertin empfiehlt, die Gartenarbeit abwechslungsreich zu planen und zwischendurch Pausen einzulegen: „Eintönige Tätigkeiten führen dazu, dass unsere Aufmerksamkeit nachlässt.“ Hektik und Selbstüberschätzung haben daher bei der Gartenarbeit ebenso wenig verloren wie mangelnde Sicherheitsausrüstung oder die falsche Kleidung. „Flipflops sind für die Gartenarbeit ungeeignet. Sie bieten keinen Schutz vor herabfallenden Gegenständen und geben den Füßen auf schrägen Hängen keinen Halt“, so die Unfallchirurgin. Spätestens wenn Plastiksandalen nass werden, wird der Rasen zur Rutschpartie. Festes Schuhwerk mit Profilsohle ist daher auch bei leichten Gartenarbeiten ein Muss.

Für Erste Hilfe sorgen

Mit Zeit, Konzentration, guter Vorbereitung und umsichtiger Arbeitsweise werden die Gefahren bei der Gartenarbeit auf ein Minimum reduziert. „Trotz aller Sicherheitsmaßnahmen können im Garten Unfälle passieren. Für kleinere Verletzungen sollte immer ein voll ausgestatteter Verbandskasten in Reichweite sein“, so Dr. Verena Lühje.

Rohrbach, am 23. April 2020

Für Fragen steht zur Verfügung:

Dr.ⁱⁿ Regina Schnellmann

PR & Kommunikation Klinikum Rohrbach

Tel.: 05 055477-22250

E-Mail: regina.schnellmann@ooeg.at