

Alkohol oder Skifahren – Sie haben die Wahl!

UNFALLVERHÜTUNG

Ein Ballon oder ein Gläschen warmen Wein zwischen zwei Abfahrten – das klingt doch sehr verlockend! Doch Alkohol und Wintersport vertragen sich nicht wirklich. Eine gefährliche Mischung für die eigene Gesundheit – und die der anderen.

Estelle Baur

Gehören Sie eher zu denen, die ihre Tageskarte voll auskosten und eine Abfahrt nach der anderen hinlegen? Oder eher zu denen, für die ein Tag auf der Skipiste vor allem heisst: Füsse hoch und auf der Restaurantterrasse die Sonne geniessen? In der Schweiz gibt es keine Gesetzgebung zur Regelung des Verhaltens auf Skipisten, auch nicht zu den Promille, die man auf der Piste haben darf. Auch gibt es nur sehr wenige Statistiken zum Thema Alkoholkonsum beim Wintersport. Gewiss ist aber: Wein (kalt oder warm), Bier und Schnapskaffee verkaufen sich in den Restaurants der Wintersportorte in rauen Mengen. 2018 gab jeder fünfte Snowboarder an, im Rahmen des Boardens Alkohol zu trinken. Bei den Skifahrern und -fahrerinnen waren das 15 %, wobei die Männer im Allgemeinen etwas mehr trinken als die Frauen und die Deutschschweizer mehr als die Romands und die Tessiner.

Ähnliche Risiken wie bei Alkohol am Steuer

Laut dem «British Journal of Sports Medicine» ist mehr als jeder fünfte Unfall auf den Pisten einem missbräuchlichen Alkoholkonsum zuzuschreiben. Die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu hat in einer Studie von 2000 festgestellt, dass nach 16 Uhr mehr als 25 % der Skifahrer/innen Alkohol im Blut hatten. Gemäss den Zahlen von 2013 aus der Schweizerischen Ärztezeitung hatten 29 % der Personen, die in den Alpen in einen Unfall auf der Piste verwickelt waren, eine Blutalkoholkonzentration, die über dem gesetzlich erlaubten Promillewert für Autofahrer/innen lag. «Das Problem ist übrigens das gleiche wie wenn man trinkt, bevor man sich hinters Steuer setzt», merkt Dr. Jean-Marc Bellagamba, Direktor der Kantonalen Walliser Rettungsorganisation (KWRO), an. «Man ist nicht betrunken, nur weil man gerade ein Bierchen getrunken hat. Das reicht aber schon aus, um eine tiefere Hemmschwelle zu haben und grössere Risiken einzugehen.»

Der Direktor der KWRO zeigt die drei hauptsächlichsten Gefahren auf, die bei Alkoholkonsum sowohl für die trinkende Person als auch für die anderen Leute auf der Piste bestehen: «Zunächst einmal wird diese tiefere Hemmschwelle dazu führen, dass man Risiken schlechter einschätzen kann. Man kann seine

Alkoholkonsum auf den Pisten hat die gleichen Auswirkungen wie hinter dem Steuer:



Fähigkeiten auf den Skiern, auf dem Snowboard oder auf dem Schlitten überschätzen und folglich gewagter fahren. Wenn man stark alkoholisiert ist, lässt sich eine psychotrope Wirkung feststellen – das heisst, dass sich die Wahrnehmung, das Denken, Fühlen und Handeln verändern. So verengt sich beispielsweise das Blickfeld, man hört anders, man kann Situationen weniger rasch einschätzen und die Reaktionszeit wird länger.» So wird es schwieriger, die Steigung eines Hanges abzuschätzen, den nötigen Bremsweg zu beurteilen, Buckel auf der Piste zu erkennen, das Kreuzen mit einer anderen Person auf der Piste einzuschätzen usw. «Ausserdem lässt sich bei Alkoholkonsum eine Verschlechterung des Stoffwechsels feststellen, mit einem schwächeren Muskeltonus. Man ist körperlich also weniger gut in der Lage, Schwierigkeiten zu meistern – sich «auf den Beinen zu halten» –, was das Unfall- und Verletzungsrisiko stark erhöht.» Hinzu kommt noch das Kälteempfinden. Alkohol erweitert die Blutgefässe, was dazu führt, dass der Körper rascher auskühlt. Dr. Bellagamba relativiert allerdings: «Das gilt vor allem für Extremsituationen wie bei beim Touren. Es kommt deutlich seltener vor, dass man bei einer Abfahrt auf einer Skipiste eine Unterkühlung erleidet.»

Wie sieht es versicherungstechnisch aus?

Jean-Luc Alt, Mediensprecher der Suva, erklärt: «Ganz allgemein muss eine Person, die unter Alkoholeinfluss in einen Unfall verwickelt ist, mit Leistungskürzungen rechnen, sofern ein Kausalzusammenhang zwischen Unfall und Alkohol festgestellt werden kann. Das

bedeutet, dass der Alkoholspiegel offiziell gemessen worden sein muss.» Bei einer Einlieferung in den Notfall wird nun aber kein systematischer Alkoholttest durchgeführt. «Dafür ist im Falle einer Untersuchung die Polizei zuständig. Es kann vorkommen, dass wir die Blutalkoholkonzentration zur Diagnosestellung messen, wie es bei allen anderen Untersuchungen der Fall ist, wenn sich der klinische Zustand des Patienten oder der Patientin durch Läsionen, die sich aus den Labor- oder Röntgenuntersuchungen ergeben, nicht erklären lässt», erklärt Dr. Vincent Frochoux, Chefarzt der Notfallstation im Spital von Sitten, Spital Wallis. «In bestimmten Fällen (z.B. schwere Unfälle oder Haftpflichtfragen bei Kollisionen) kann es vorkommen, dass eine Blutabnahme angeordnet wird oder dass das Gericht die medizinischen Daten der verunfallten Person analysiert. In diesem Fall muss die verunfallte Person damit rechnen, dass ihr Krankentaggeld reduziert wird, wenn sie mehr als 1,5 Promille Alkohol im Blut hatte», präzisiert Jean-Luc Alt.

Um das zu verhindern, ist Vorsicht geboten. Dr. Bellagamba empfiehlt allen Wintersportlern und -sportlerinnen, «die Dinge der Reihe nach anzugehen. Wenn man auf die Piste geht, heisst das: Zuerst Skifahren, Snowboarden oder Schlittensfahren, ohne Alkohol zu trinken. Und erst, wenn man seinen Wintersport für diesen Tag endgültig beendet hat – und nur dann! – kann man sich ein Ballon oder ein Bier gönnen.» ...sofern man das denn möchte, und dann natürlich im gemässigten Rahmen. Auf jeden Fall sollte man nach dem Alkoholkonsum mit den Bergbahnen nach unten fahren – und sich am Parkplatz nicht selbst hinters Steuer setzen. ...zum Wohle der eigenen Gesundheit – und der Gesundheit der anderen.

PRÄVENTION

Jede/r trägt Verantwortung

«Meines Wissens wurde nie eine spezifische Kampagne zu diesem Thema durchgeführt», erklärt der Direktor der Walliser Bergbahnen, Pierre Mathey. «Die Priorität der WBB ist und bleibt die Verhütung von Skiunfällen. «Alkoholkonsum auf den Pisten kann diese Unfälle verschlimmern – soweit ich weiss, ist Alkoholkonsum aber nicht der gefährlichste Faktor.» Die Suva macht die gleiche Feststellung und gibt ebenfalls einer globalen Unfallverhütung im Zusammenhang mit Wintersport den Vorzug. Das Gleiche gilt für die bfu, die alljährlich eine Sensibilisierungskampagne zur richtigen Einstellung der Skibindungen durchführt. Es liegt also in der Verantwortung jedes und jeder Einzelnen von uns, Vorsicht walten zu lassen, unsere Fähigkeiten nicht zu überschätzen und den Alkoholkonsum auf das Après-Ski zu verlegen.

TAG DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG 2022 VERSCHOBEN

Aufgrund der aktuellen Lage wird der Tag der Gesundheitsförderung in Visp zum Thema «Intrinsische Motivation humorvoll fördern» auf den 30. März 2022 verschoben. Falls Sie sich bereits für den 26. Januar angemeldet haben, bitten wir Sie aus organisatorischen Gründen, sich bis zum 23. März erneut anzumelden. Der Tagesablauf und das Programm bleiben bestehen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.gesundheitsforderungwallis.ch

Partner



www.lungenliga-ws.ch



www.gesundheitsforderungwallis.ch



KANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

www.vs.ch/gesundheit

