

EXPERTENTIPP

Die Verletzung des vorderen Kreuzbandes im alpinen Skisport

a. o. Univ.-Prof. Dr. Christian Fink

FA für Unfallchirurgie, Sporttraumatologie, Orthopädie und Traumatologie



Auch wenn wir noch nicht genau wissen, wie die kommende Wintersportsaison verlaufen wird, werden wir sowohl im Breiten- als auch im Spitzensport wieder mit Verletzungen des vorderen Kreuzbandes konfrontiert sein. Das Knie und insbesondere das vordere Kreuzband haben sich über Jahre als verletzungsanfälligste Struktur im Skisport „etabliert“.

Je nach Verletzungshergang und Kräfteinwirkung können auch umliegende Strukturen (Menisken, Innen- und Außenbänder, Gelenkknorpel) in Mitleidenschaft gezogen werden. Die drei Hauptmechanismen für Kreuzbandverletzungen sind:

1. Vorschub des Unterschenkels: Beim Landen nach einem Sprung, v. a. ins flache Gelände. Durch die leichte Rückenlage drückt der Skischuh den Unterschenkel nach vorne, Kräfte von ca. 2000 Newton lassen das Kreuzband reißen.

2. Innenrotation: Wenn z. B. der Ski nach einer Bodenwelle wieder greift und er mit einer plötzlichen Drehbewegung nach innen forciert wird. Meist ist eine leichte Rückenlage der Ausgangspunkt, seltener eine verstärkte Vorlage.

3. Außenrotation: Tritt gerne bei Skianfängern auf, wenn sie nach vorne fallen und der Unterschenkel nach außen gedreht wird. Im Spitzensport kommt es hingegen fast nur beim „Einfädeln“ zur Außenrotation.

Die gute Nachricht ist: Die Verletzung lässt sich heute hervorragend behandeln und für den Großteil der Betroffenen ist eine Rückkehr zu einem ähnlich hohen Leistungsniveau wie vor dem Unfall möglich.

PRIVATKLINIK HOCHRUM
SANATORIUM DER KREUZSCHWESTERN**Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.**

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG