

„Schütz Deinen Kopf!“ digital: App und Lehrfilme klären auf

40.000 Mal wird in Deutschland pro Jahr nach einem Sportunfall eine Gehirnerschütterung diagnostiziert. Die Dunkelziffer dürfte um ein Vielfaches höher liegen, denn oft fehlt es an den Kenntnissen, eine Gehirnerschütterung zu erkennen.

Dabei ist sie eine häufig unterschätzte Verletzung, die erhebliche Spätschäden zur Folge haben kann. Werden die Verletzten nicht geschont, steigt das Risiko für weitere Unfälle und neurologische Spätschäden enorm. Wird sie hingegen erkannt, angemessen behandelt und wird dem Gehirn nach dem Trauma die nötige Ruhe gegeben, stehen die Chancen sehr gut, dass die Verletzung folgenlos ausheilt. Die ZNS – Hannelore Kohl Stiftung setzt sich dafür ein, dass jeder Verletzte die angemessene Schonzeit erhält – egal ob im Schul-, Freizeit- oder Leistungssport.



Vorstellung der „GET – Gehirn Erschüttert?“ TestApp in Berlin. Präsidentin Dr. Kristina Schröder mit den medizinischen Beratern (v.l.) Dr. Axel Gänsslen, Prof. Dr. Eckard Rickels, Dr. Wolfgang Klein

Prozesse im Gehirn verstehen dank neuer Informationsfilme

Was passiert während einer Gehirnerschütterung im Kopf? Welche Folgen hat es, wenn das Gehirn gegen den Schädelknochen prallt? Wie erkennt man, ob das Gehirn verletzt ist? Was ist bei Verdacht auf Gehirnerschütterung zu tun? Antworten geben die neuen Informationsfilme von „Schütz Deinen Kopf!“. Sie sind im Youtube-Kanal der Stiftung für jeden zugänglich, können dort angeschaut oder heruntergeladen werden.

Damit Groß und Klein, Leistungs- und Freizeitsportler, Trainer und Lehrer die Informationen für sich und andere nutzen können, wurden durch den Regisseur Simon Jöcker drei Kurzfilme produziert. Ein knapp dreiminütiger Film richtet sich mit kind-

gerechten Animationen und Sport-szenen an Grundschüler, ein Film mit vier Minuten Länge an Jugendliche und Erwachsene. Mit achteinhalb Minuten ist der dritte Film der detaillierteste. Er wurde für Trainer, ehrenamtliche Betreuer, Sportlehrer und andere Pädagogen konzipiert.

Die Filme sprechen mit ihren erklärenden Zeichnungen, 3D-Animationen und temporeichen Sportszenen für den Spaß am Aktivsein – vermitteln aber zugleich, welche Prozesse nach einem Sturz oder Bodycheck innerhalb des Schädels ablaufen und welche Gefahren dies bergen kann. Je nachdem, wo die Gehirnmasse gegen den Knochen stößt, entstehen Symptome wie Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit oder eine Verengung des

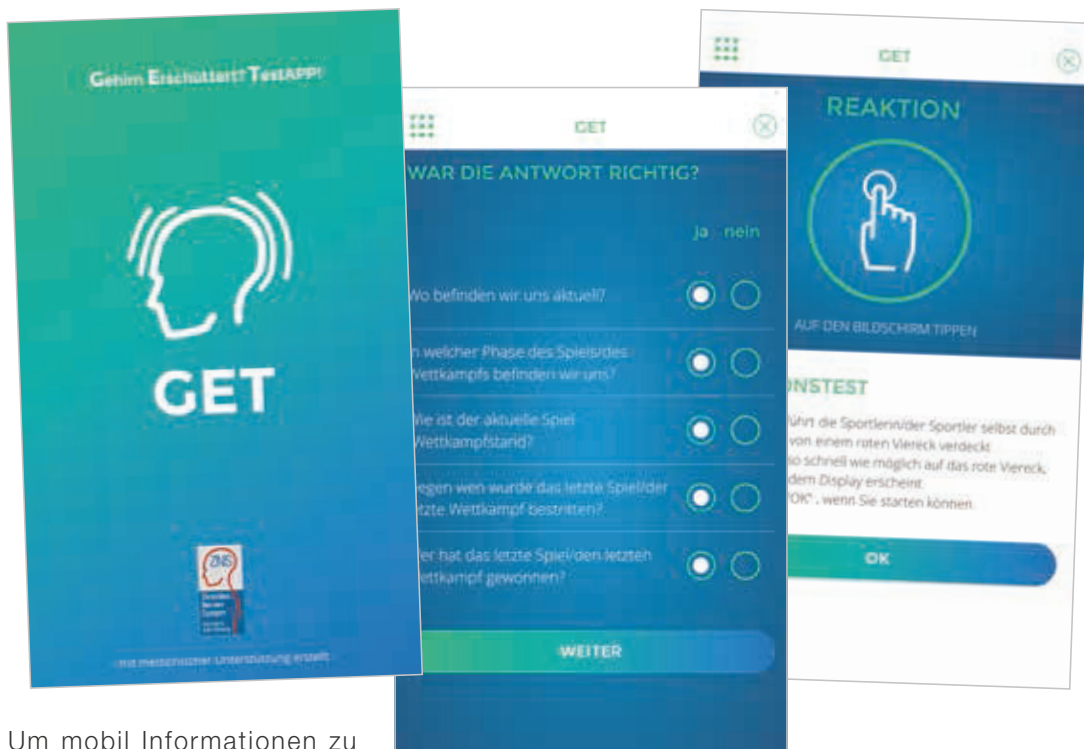
Sichtfeldes. Deren Folgen stellen die Filme eindringlich dar: Wer mit dieser Verletzung weiterspielt oder beispielsweise am Straßenverkehr teilnimmt, reagiert verlangsamt; das Risiko für weitere Stürze oder Zusammenstöße mit anderen steigt.

Ermöglicht wurde die Produktion der Filme unter anderem dank einer großzügigen Spende der Willy Robert Pitzer Stiftung.



Speziell gestaltete Animationen vermitteln auch Grundschulkindern Hintergrundwissen zu Gehirnerschütterungen

„GET – Gehirn Erschüttert? TestApp“ hilft beim Erkennen einer Gehirnerschütterung



Um mobil Informationen zu erhalten und im Ernstfall zu testen, ob eine Gehirnerschütterung vorliegen könnte, haben sportlich Aktive jetzt die Möglichkeit, die neue „GET-App“ kostenfrei zu nutzen. Sie ist für ein Zweierteam gedacht – etwa Spieler und Trainer oder Spieler und Mannschaftsarzt – und kann direkt nach dem Zusammenprall oder Sturz zum Einsatz kommen. Am Spielfeldrand soll der Spieler binnen drei bis vier Minuten Fragen zu Symptomen beantworten, seinen Gleichgewichtssinn unter Beweis stellen, einen Reaktionstest durchführen und seine Augenfunktion testen. Meldet die App anschließend „Gefahr einer Gehirnerschütterung“, sollte der Sportler zum

Arzt, auf keinen Fall aber ins Spiel oder Training zurückkehren.

GET eignet sich für sportlich Aktive ab etwa zwölf Jahren, für Eltern, Trainer, Pädagogen und Betreuer. Dr. Axel Gänsslen vom Klinikum Wolfsburg war einer der medizinischen Berater bei der Entwicklung. „Besonders wichtig ist die Reaktionstestung“, betont er. Der Nutzer wird zunächst aufgefordert, auf den Bildschirm zu tippen, wenn er ein vorher beschriebenes Symbol sieht. Ein zweiter Test misst die Augenfunktion beim Zahlen lesen. „Wir wissen, welche Reaktionsgeschwindigkeiten im

normalen Bereich liegen und welche auffällig sind“, erklärt Gänsslen. Zusätzlich kann jeder Nutzer im gesunden Zustand seine Reaktionsgeschwindigkeit testen und als Base-Line für die Notfalltestung speichern. So zeigt sich zuverlässig, ob sich bei ihm nach einem Zusammenstoß oder Sturz etwas verändert hat – das wäre typisch für eine Gehirnerschütterung.

In den Stores von Microsoft und Apple kann die App kostenfrei abgerufen werden.

Aufgrund abweichender Latenzzeiten bei der Reaktionstestung, die vom Gerätetyp abhängig sind, befindet sich die Android-Version noch in der Testphase. Für diese Version sucht die ZNS – Hannelore Kohl Stiftung weiterhin Tester, die bei der Weiterentwicklung der App helfen.

Die Deutsche Telekom AG förderte das Projekt im Rahmen ihres gesellschaftlichen Engagements. Zweiter Kooperationspartner ist die Berufsgenossenschaft VBG, die gesetzliche Unfallversicherung für den bezahlten Sport in Deutschland.



Die Initiative „Schütz Deinen Kopf! Gehirnerschütterungen im Sport“ wurde im März 2015 von der ZNS – Hannelore Kohl Stiftung initiiert. Gemeinsam mit namhaften Organisationen, Medizinerinnen und Sportverbänden klärt die Stiftung im Rahmen der Initiative über Diagnose, Behandlung und mögliche Spätfolgen von Gehirnerschütterungen auf.

Dank der jederzeit verfügbaren, kostenfreien Informationen haben heute alle am Sport Beteiligten die Möglichkeit, eine Gehirnerschütterung schon am Spielfeldrand zu erkennen. Notwendige Maßnahmen zur Behandlung können umgehend eingeleitet und so Spätfolgen bei den Verletzten verhindert werden.

Alle Informationen unter www.schuetzdeinenkopf.de



Ihr direkter Weg zu „Schütz Deinen Kopf!“ mit Link zu den App-Stores



Ihr direkter Weg zum Youtube-Kanal der Stiftung