

Erster bundesweiter „Tag der Gehirnerschütterung“ am 20. Oktober 2023 – Infotag und Symposium

Am 20. Oktober 2023 rufen die Initiative „Schütz Deinen Kopf!“ der ZNS - Hannelore Kohl Stiftung und die Concussion Clinic im Dr. von Haunerschen Kinderspital des LMU Klinikums erstmals den bundesweiten Tag der Gehirnerschütterung in Deutschland aus. Am 20. und 21. Oktober informieren sie im Rahmen einer Informationsveranstaltung und dem Symposium „Schütz Deinen Kopf!“ unter anderem über Prävention und Therapie.

Ziel ist es, Menschen jeden Alters, Nachwuchssportler:innen, Lehrkräfte aber auch medizinisches Fachpersonal für Kopfverletzungen und deren möglichen Folgen zu sensibilisieren. Vorgestellt werden eine App, um im Sportkontext zu testen, ob eine Gehirnerschütterung vorliegt, sowie ein neues kindgerechtes Instrument zur Erkennung von Gehirnerschütterungen und eine Materialbox für den Unterricht, um spielerisch Gesundheitskompetenz im Bereich Gehirngesundheit zu stärken.

Jedes Jahr werden in Deutschland über 270.000 Personen wegen eines Schädelhirntraumas in einem Krankenhaus stationär behandelt. Die Mehrheit dieser Patient:innen wird aufgrund eines sogenannten leichten Schädelhirntraumas behandelt, zu dem auch die Gehirnerschütterung zählt. Diese Zahl umfasst dabei noch nicht die Personen, die nur ambulant, z.B. beim Hausarzt, behandelt werden oder gar keine medizinische Versorgung in Anspruch nehmen. Bekannt ist, dass alleine im Sport jedes Jahr ca. 44.000 Gehirnerschütterungen auftreten, wobei amerikanische Schätzungen davon ausgehen, dass die Dunkelziffer der Gehirnerschütterungen, die nicht erkannt oder nicht medizinisch versorgt werden, etwa dreimal so hoch sein dürfte.

Oft sind Stürze mit dem Fahrrad, Unfälle im Haushalt, auf dem Schulhof oder während des Sporttreibens Ursache für die Kopfverletzung. „Obwohl eine Gehirnerschütterung eine ernstzunehmende Verletzung ist, wird sie im Alltag, in der Schule oder beim Sport oftmals zu spät erkannt oder verharmlost“, sagt Dr. Susanne Schaefer, Geschäftsführerin der ZNS-Stiftung. Das liege am Bagatellisieren wie „dieser kurze Stoß wird schon nicht so schlimm sein“, aber auch daran, dass Lehrende und Trainer:innen die verschiedenen Symptome einer Gehirnerschütterung oft nicht ausreichend gut kennen. „Mit dem Tag der Gehirnerschütterung möchten wir auf diese Situation aufmerksam machen und zeigen, wie es besser gehen kann“, erklärt Dr. Michaela Bonfert, Leiterin der Concussion Clinic im Dr. von Haunerschen Kinderspital des LMU Klinikums.

Gehirnerschütterung besser erkennen und angemessen reagieren

„Wir wünschen uns mehr Öffentlichkeitsarbeit und Schulungsangebote, damit sich verantwortliche Personen informieren und sich das notwendige Knowhow über Gehirnerschütterungen aneignen können“, so Dr. Bonfert. Es gelte dabei, Gehirnerschütterungen zu erkennen, um dann angemessen reagieren zu können und wenn nötig, Betroffenen eine ärztliche Behandlung zu empfehlen. „Dies könnte zum Beispiel über Informationsveranstaltungen und Info-Material für Sportler:innen und Nachwuchssportler:innen, Trainer:innen, Betreuer:innen, Lehrer:innen und Eltern erfolgen“, sagt Dr. Bonfert.

So werde zunehmend die „Gehirn erschüttert?“ (GET) App eingesetzt, mit der sich Gehirnerschütterungen, zum Beispiel im Kontext Sport frühzeitig erkennen lassen. Daneben haben

die ZNS-Stiftung und die Concussion Clinic gemeinsam ein altersgerechtes Instrument entwickelt, um Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter die Symptome einer Gehirnerschütterung nahezubringen. Die Vorstellung dieses Instruments durch die neue Kinderbotschafterin der ZNS-Stiftung stellt einen der Höhepunkte der Veranstaltungen am 20. und 21. Oktober 2023 dar. Zudem ist es wichtig, im Schulunterricht das Wissen über Kopfverletzungen zu vermitteln und Kinder und Jugendliche selbst zu Experten rund um das Thema Gehirnerschütterung zu machen. Am 20. Oktober 2023 wird die ZNS-Stiftung daher erneut ihre Unterrichtsbox „Schütz deinen Kopf!“ vorstellen. Die Unterrichtsbox bietet Lehrenden Material und Anleitung, um Schüler:innen im Alter von 9 bis 12 Jahren anschaulich und kindgerecht für das Thema Gehirnerschütterung zu sensibilisieren.

Nach einem Sturz Hilfe zu benötigen, ist kein Zeichen von Schwäche

„Wir möchten am Tag der Gehirnerschütterung auch das Bewusstsein dafür stärken, dass es völlig okay ist, nach einem Stoß oder Zusammenprall zu sagen, dass es einem nicht gut geht, dass man sich ausruhen muss und Hilfe braucht“, sagt Dr. Schaefer. Selbst bei Ärzt:innen kann man das Thema Gehirnerschütterung und deren mögliche gesundheitliche Folgen noch weiter in den Fokus rücken. „Leider haben wir bisher kein Verfahren, mit dem sich erkennen lässt, wie gut und in welcher Zeit sich eine Person nach einer Gehirnerschütterung erholen wird. Daher sind ein eingehendes Gespräch und eine sorgfältige ärztliche Untersuchung wichtig, um mögliche Risikofaktoren zu erfassen“, erklärt Dr. Bonfert. Das sei wichtig, denn insbesondere wenn solche Faktoren vorliegen, sollte eine ausreichende Erholungsphase gefolgt von einem schrittweisen „Return-to“ Arbeit, Ausbildung oder Schule und Sport ermöglicht werden. Moderne Versorgungskonzepte wie die der Concussion Clinic des LMU Klinikums umfassen daher die Betreuung von der Akutvorstellung über die Nachsorge bis zur – wenn notwendig – Langzeitbehandlung.

Die Hälfte aller Patient:innen leidet an Spätfolgen

Spätfolgen sind bei einem leichten Schädelhirntrauma keine Seltenheit. Die Studie „Langzeitfolgen von Schädelhirntraumen mit zehn Jahren Nachbeobachtung“, die 2023 von der ZNS-Stiftung zusammen mit der BARMER Ersatzkasse publiziert wurde, zeigt, dass 50 Prozent aller Betroffenen noch nach einem Jahr über Schädelhirntrauma bedingte Probleme in Schule, Familie oder bei der Berufsausübung klagen. Dazu zählen Kopfschmerzen, Konzentrationsprobleme, verminderte Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit. Wer am Sport teilnimmt, bevor die Gehirnerschütterung ganz ausgeheilt ist, erhöht zudem sein Risiko für ein zweites Schädelhirntrauma.

„In Zukunft möchten wir solche Spätfolgen verhindern, indem wir in der Öffentlichkeit und beim Fachpersonal das Bewusstsein für eine Gehirnerschütterung und deren teils gravierende Folgen schärfen“, erklärt die Geschäftsführerin der ZNS-Stiftung, Dr. Schaefer. „Wir freuen uns, wenn wir mit dem bundesweiten „Tag der Gehirnerschütterung“ hier Aufmerksamkeit schaffen können.“

Service für Redaktionen:

Pressegespräch am 20.10.23

Dr. Susanne Schaefer, Dr. Michaela Bonfert und weitere Expert:innen stehen Ihnen gerne von 12.30 bis 13.15 Uhr für Ihre Fragen rund um den Ersten Tag der Gehirnerschütterung, die GET-App, den neuen kindgerechten Test und die Unterrichtsbox zur Verfügung.

Ort: Seminarraum 1 (E1.01), 1. OG im Dr. von Haunerschen Kinderspital, Lindwurmstr. 4, 80337 München

Anmeldung bitte unter: info@schuetzdeinenkopf.de

Hintergrundinformationen

ZNS-Stiftung. Hilfe für Menschen mit Schädelhirntrauma, gegründet von Hannelore Kohl

Jährlich erfahren rund 270.000 Menschen in Deutschland ein Schädelhirntrauma. 45.000 von ihnen müssen nach dem Unfall mit dauerhaften körperlichen und kognitiven Beeinträchtigungen weiterleben. Rund 800.000 Menschen sind dauerhaft auf die Unterstützung von Pflegekräften oder Angehörigen angewiesen. Ziel der ZNS-Stiftung ist es, die Lebensqualität dieser Menschen zu verbessern und ihnen umfassende Teilhabe zu ermöglichen. Durch Aufklärung und präventive Maßnahmen trägt die Stiftung dazu bei, Unfallzahlen zu senken und die Schwere von Kopfverletzungen zu reduzieren.
www.hannelore-kohl-stiftung.de

Die Initiative „Schütz Deinen Kopf! Gehirnerschütterungen im Sport!“

Bei der Initiative „Schütz Deinen Kopf! Gehirnerschütterungen im Sport“ arbeitet die ZNS – Hannelore Kohl Stiftung mit namhaften Organisationen, Medizinerinnen und Sportverbänden zusammen, um Sportler und ihre Familien, Trainerinnen und Trainer, Pädagogen und Ärzte für das Thema „Gehirnerschütterung und mögliche Folgen“ zu sensibilisieren. Informationen zum Tag der Gehirnerschütterung, den Veranstaltungen am 20. und 21.10.2023 sowie den Link zur App, zu den Filmen und Kontaktadressen von Unfallkliniken und Neuropsychologen finden sich auf www.schuetzdeinenkopf.de.

Concussion Clinic für Kinder und Jugendliche im Dr. von Haunerschen Kinderspital, LMU Klinikum München

Die Concussion Clinic im Dr. von Haunerschen Kinderspital des LMU Klinikums bietet eine umfassende Versorgung für Kinder und Jugendliche mit Gehirnerschütterung an. Dieses Versorgungsprogramm, reicht von der kinderneurologischen Mitbetreuung und Beratung direkt bei Erstvorstellung in der Kinderklinik bis in die spezialisierte Nachsorge. Für Kinder und Jugendliche, die sich nach einer Gehirnerschütterung nicht zügig und vollständig erholen, wird ein auf die/den einzelne:n Betroffene:n maßgeschneiderte Therapieprogramme angeboten. So kann das Concussion Team gemeinsam mit den Patient:innen und deren Eltern dafür sorgen, dass die Kinder und Jugendlichen so rasch wie möglich wieder fit für ihren vielfältigen Alltag werden.