

Darauf gilt es beim Schneeschaufeln zu achten

Bei der Schneeräumung lauern gesundheitliche und umweltschädliche Gefahren. Das Spital Schwyz und das Amt für Gewässer geben Auskunft, worauf zu achten ist.



Eine private Schneeablagerung vor einer Brücke, welche zu einer Verstopfung des Gerinnes geführt hat. Bild: Amt für Gewässer

Damian Bürgi

Es war ein tragischer Todesfall, der sich im November 2015 ereignete: In der Nähe von Schindellegi brach ein über 80-jähriger Mann vor seinem Haus zusammen, ihn ereilte ein plötzlicher Herztod beim Schneeschaufeln (der «Bote» berichtete). Der Fall zeigt: Schneeschaufeln birgt auch ein gewisses Risiko.

«Jede aussergewöhnliche körperliche Anstrengung birgt das Risiko eines Herzinfarkts, dies beschränkt sich nicht nur aufs Schneeschaufeln», erklärt das Spital Schwyz auf Anfrage des «Boten» und fügt an: «Männer haben ein höheres Risiko als Frauen für einen Herzinfarkt oder plötzlichen Herztod; je älter, desto höher das Risiko.» Christoph Stähli, Kardiologe und Leitender Arzt innere Medizin am Spi-

tal Schwyz, erklärt die Problematik folgendermassen: «Beim Schneeräumen verrichten wir Hebe- und Haltearbeit, was für die Gefässe belastender ist als dynamische Arbeit wie zum Beispiel das Gehen.» In den Morgenstunden sei hormonell bedingt auch das Risiko eines Herzinfarkts grösser, und in der Kälte zögen sich die Blutgefässe zusammen, was den Blutdruck erhöhe.

«Unsere Empfehlung ist, vor dem Schaufeln erst mal eine Tasse warmen Tee zu trinken und erst nach ein paar zügigen Runden zu Fuss mit der körperlichen Arbeit zu starten. Dabei ist Schieben besser als Heben», erklärt Christoph Stähli. Das Aufwärmen reduziere demnach auch die Verletzungsgefahr an Rücken und Gelenken.

«Schnee nicht in die Gewässer kippen»

Das Amt für Gewässer erklärt in einem Merkblatt die Grundsätze zur korrekten Schneeablagerung, da diese oft nicht korrekt erfolge: «In den vergangenen Wintern wurde festgestellt, dass an Schneeablagerungsstellen der öffentlichen Dienste unerlaubterweise Schnee von Privaten abgelagert und auch Schnee an Gewässern, die nicht als Ablagerungsstellen gelten, entsorgt wurde.»

Das Resultat seien überhäufte Kippstellen, Unordnung und beschädigte Infrastrukturen. Grosse Schneemengen in Bächen könnten auch zu Überschwemmungen und verschmutzter Schnee zu Verunreinigung des Wassers führen. Es gibt demnach eine Schneeablagerungskarte, und das Amt weist darauf hin, dass die darin definierten Stellen nur durch die öffentlichen Dienste benutzt werden dürfen. «Private sind aufgefordert, den Schnee nicht in die Gewässer zu kippen», ergänzt das Amt für Gewässer.

«Bote»-Adventskalender

De chli Tannebaum



Die Waldarbeiter schleichen um die Bäume. «Was meinst du, nehmen sie jetzt mich zum Weihnachtsfest der Menschen mit?», fragt Fichte Fridolin die Rottanne Rosa. Während einzelne Bäume miteinander reden, ist eine kleine Tanne ganz leise. Sie hört den anderen Bäumen lediglich zu. Die Weisstanne Wini weiss nämlich, dass sie nicht die schönste Tanne ist. Sie wird von den Waldarbeitern nicht mal erst angeschaut. Und wenn, dann wird sie als «zu klein» und «zu strubbelig» betitelt.

«Nein, diesen Baum können wir auf keinen Fall verkaufen», hat der Förster gesagt. «Jesses, schaut euch mal seine krummen Äste an», hat ein Waldarbeiter gemeint. Dies hat den Tannenbaum Wini sehr traurig gestimmt. Auch er möchte doch so gern ein prächtig geschmückter Baum in einer Schwyzer Stube sein. (nic)



Scannen zum Video
«Uf Schwyzerdütsch gläse» von Jacqueline Beutler auf bote.ch

Wenn «Leben retten» auf dem Stundenplan steht

Wie handelt man bei einem Herzstillstand? Brunner Schülerinnen und Schüler übten für den Notfall.



Wie funktioniert eine Herzdruckmassage? Schülerinnen und Schüler der MPS Brunnen üben den Notfall zusammen mit Notfallmediziner Rommel Jadaan und seiner Reanimationsübungspuppe. «Auch Kinder und Jugendliche können Leben retten», ist er überzeugt. Bilder: Petra Imsand

Petra Imsand

Fabio liegt in seinem blauen T-Shirt regungslos auf dem Boden. Mehr als zwanzig Augenpaare sind auf ihn gerichtet. Es wird geflüstert und gekichert. Die Schülerinnen und Schüler schienen sich der Ernsthaftigkeit der Thematik zu Beginn der Schulstunde nicht bewusst zu sein. Doch dies änderte sich bereits nach den ersten Ausführungen des Arztes Rommel Jadaan. Zusammen mit Fabio, seiner Reanimationsübungspuppe, besucht er seit

2010 ehrenamtlich Schulklassen. Bei einem akuten Herz-Kreislauf-Zusammenbruch zählt jede Minute. Doch was soll man tun? Genau diese Kompetenz bringt Rommel Jadaan den Schülerinnen und Schülern bei. Auch bei seinem Besuch im Brunner Schulhaus stand die Sensibilisierung für das Thema im Vordergrund. Er will die Schülerinnen und Schüler darauf vorbereiten, wie man im Notfall handeln soll. «Auch Kinder und Jugendliche können Leben retten», ist Jadaan überzeugt. So sorgte der Notfallmediziner

zuerst einmal für Platz im Klassenzimmer. Pulte wurden neu angeordnet. Wenn niemand hilft, stirbt die Person Im Chor liess er die Klasse die vier wichtigen Schritte bei einem Herzstillstand aufzusagen: 1. Ansprechen und Schütteln der Person, die am Boden liegt. 2. Reagiert die Person nicht, kneift man ihr zum Beispiel ins Brustbein. 3. Den Notruf 144 kontaktieren und einen Defibrillator holen lassen. 4. Mit der Herzdruckmassage beginnen.

«Kann man die verunfallte Person dabei nicht verletzen, wenn man es falsch macht?», wollte eine Schülerin wissen. «Ihr dürft nicht zu lange überlegen, wo und wie fest ihr drücken müsst. Wichtig ist, dass der Druck kontinuierlich ist», erwiderte Rommel Jadaan. «Wenn ihr nichts unternimmt, stirbt die Person. Ein paar gebrochene Rippen hingegen heilen innert Wochen wieder.» Spätestens ab diesem Zeitpunkt hatte er die Schülerinnen und Schüler mit seiner direkten und etwas quirligen Art in seinen Bann gezogen.

Nach einigen Anläufen setzten die Nachwuchs-Lebensretter die Anweisungen geknaut um und führten im Takt die Herzdruckmassage an ihren Rucksäcken durch. Auf seine Motivation und sein Engagement angesprochen, erwiderte der Mediziner: «Ich glaube fest daran, dass die Jugendlichen das Gelernte an weitere Personen weitergeben. Zudem ist es sehr wichtig, dass man das richtige Verhalten bei einem Herzstillstand möglichst früh erlernt, um im Ernstfall auch den Mut zu handeln aufzubringen.»