

# Gehirnerschütterung

## Checkliste für Trainer/-innen

Gehirnerschütterungen werden oft nicht erkannt. Dies kann zu Spätfolgen führen. Diese Checkliste hilft, mögliche Gehirnerschütterungen auf dem Spielfeld zu erkennen und die richtigen ersten Massnahmen einzuleiten.

### Wie kommt es zu einer Gehirnerschütterung?

Nach einem direkten oder indirekten Schlag gegen den Kopf, zum Beispiel aufgrund einer Kollision, eines Aufpralls auf den Boden oder gegen einen Gegenstand.

**Bei Verdacht auf eine  
Gehirnerschütterung:  
Draussen bleiben.**



Ein erneuter Vorfall kann schwere Folgen haben.  
Rückkehr aufs Spielfeld erst nach einer medizinischen Untersuchung.

### Wie eine Gehirnerschütterung erkennen?

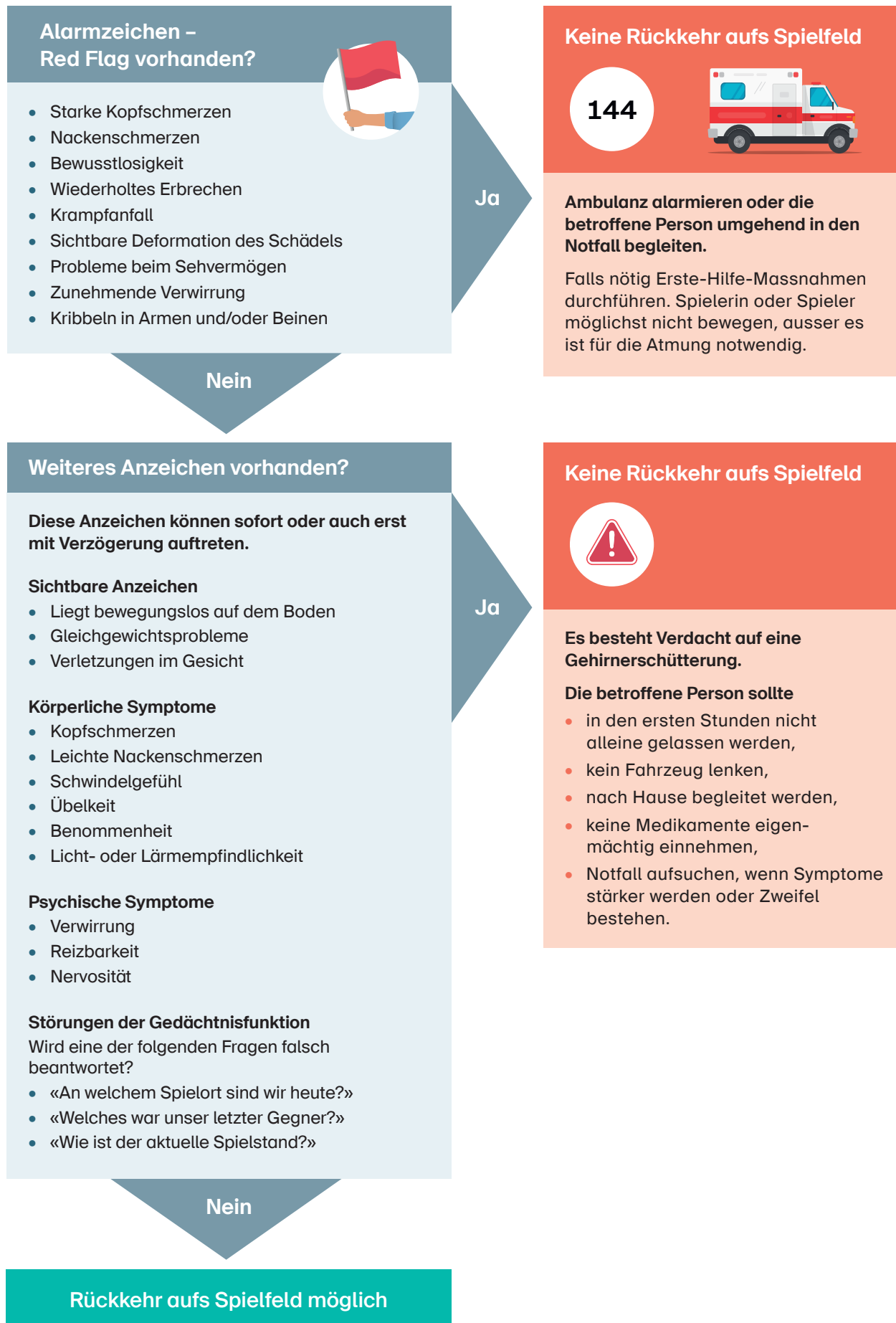
Alarmzeichen und weitere Anzeichen auf der Rückseite



Diese Checkliste dient als Leitfaden für nicht medizinisch ausgebildete Personen im Umgang mit möglichen Gehirnerschütterungen im Spiel- und Trainingsbetrieb. Sie ist kein Diagnosetool und ersetzt die medizinische Diagnose nicht. Die BFU und ihre Partner haften in keinem Fall für allfällige direkte oder indirekte Schäden und Folgeschäden, die aufgrund des Gebrauchs der Checkliste entstehen.

Entwickelt wurde die Checkliste basierend auf dem Concussion Recognition Tool CRT6 und in Zusammenarbeit mit der BFU, Beratungsstelle für Unfallverhütung, mit dem SFV, der Suva, Sport & Exercise Medicine Switzerland SEMS und mit medizinischen Fachpersonen.

# Wie eine Gehirnerschütterung erkennen?



Sportunfälle lassen sich vermeiden. Wie einfach das geht, zeigt die BFU in über 70 Dossiers und Ratgebern auf [bfu.ch/sport](http://bfu.ch/sport).