

29. Juli 2011

Wer Köpfchen hat, fährt mit Helm!

Da ich die letzten Wochen, nach dem Ferropolis-Triathlon, mein Fahrradtraining ein wenig schleifen gelassen habe, wollte ich eine längere Fahrradeinheit am Freitagnachmittag durchführen. Anfang September möchte ich, wenn es meine körperliche Verfassung zulässt, am Bodensee-Radmarathon teilnehmen. Um die 220 Kilometer bewältigen zu können, gehört nun mal eine gewisse Grundlage dazu.

Machte am Freitag um 12:00 Uhr Feierabend, wollte das Wetter, so lange es nicht regnete, noch ausnutzen. Kurz vor 13:00 Uhr machte ich mich mit dem Crosser auf den Weg, Tagesziel 70 Kilometer im lockeren Schnitt übers Land. Wenn ich Fahrrad fahre, geht es mir nicht darum, in möglichst kurzer Zeit viele Kilometer zu schrappen, sondern einfach in Bewegung zu bleiben. Hab da so meine Routen, die ich eigentlich regelmäßig fahre, so auch an diesem Freitag, wo das Schicksal seinen Lauf nahm. Abschluss meiner Strecken ist meist vom Main kommend am Rathaus von Karlstein hoch zur B8, ein kurzes Stück Fahrradweg und auf der Hauptstraße in Großwelzheim Richtung Mainfähre und zurück nach Kahl. Da ich aber aus der letzten Tour wusste, dass in der Hauptstraße größere Baustellen waren, fuhr ich parallel zur Hauptstraße, die Spessartstraße, wo es dann zu einem kleinen unangenehmen Zwischenfall kam.



Kurz vor Ende der Spessartstraße kam ich durch eine weitere beteiligte Person zu Fall. Zum genauen Unfallhergang kann und will ich an dieser Stelle keine genauen Angaben machen. Es ging auch alles so schnell, es machte „Bumm“ und ich lag neben meinem Fahrrad, mitten auf der Straße. War erstmal geschockt, dachte nur „mein Fahrrad“ und fragte die Beteiligte, ob alles bei ihr in Ordnung war. Von der ganzen Situation überfordert, blieb ich auf der Straße sitzen. Am Ellenbogen und Knie Blut, Schmerzen im Brustkorb und am Kopf. Eine Autofahrerin, die mich kurz vorher überholt hatte, sah im Rückspiegel, dass es wohl zu einer Kollision gekommen war und wendete. Eine weitere Autofahrerin, eine Frau die, glaube ich zumindest, mit dem Auto vorbei kam, hielt. Saß immer noch benommen auf der Straße. Die Frauen halfen mir auf den Gehweg und schafften mein Fahrrad beiseite. An dieser Stelle erst mal vielen Dank für die Hilfe!

Beide meinten, ich müsste zum Arzt, konnte die Situation jetzt auch besser einschätzen und sagte, dass sie einen Rettungswagen rufen sollten. Gesagt getan, jetzt legte ich mich erstmal auf den Gehweg flach. Die Helferinnen versorgten die Wunde am Armgelenk. Wenn man auf Hilfe wartet, dann werden die Sekunden zu Minuten, lag da in meinem Elend, der leichte Regen machte mir nichts aus. Die Helferinnen boten mir auch eine Rettungsfolie oder Decke an, was ich aber ablehnte. Von weitem hörte ich das mir bekannte „Martinshorn“.

Habe ja gehofft, dass ein Rettungswagen vom BRK kommt und jemand dabei ist, den ich kenne. War leider nicht der Fall, der ASB aus der hessischen Nachbarschaft kam. Eine Frau stieg aus, denke mal Rettungsassistentin, sprach mich an. Der ganze Ablauf ist mir aus dem Einsatzdienst bei der Feuerwehr bekannt. Mein ganzer Körper war mittlerweile wie steif, kann die Kälte, aber auch noch der Schock über die Situation gewesen sein.

Das Personal des RTW holte die Trage raus und half mir drauf. Sah dann auf der Straße ein weiteres Fahrzeug mit Blaulicht die Unfallstelle anfahren, die Polizei. Übliche Vorgehensweise wenn es zu einem Unfall mit Personenschaden kommt. Die Rettungsassistentin auf dem RTW untersuchte mich, Halskrause an und die Vakuummatratze wurde zur Fixierung abgesaugt. Ein Polizist kam in den RTW und nahm meine Personalien auf.

Jetzt kam auf mich erstmal mein größtes Problem zu, musste ja Zuhause Bescheid geben, was passiert war. Auf dem Gehweg liegend wollte ich Susanne nicht anrufen, sollte keine Panik bekommen und Hals über Kopf am Ende noch an die Unfallstelle kommen. Fragte dann im RTW, ob ich mal telefonieren könnte, „machen wir dann in Wasserlos“ war die Antwort. Die Gedanken schossen mir durch den Kopf, was ich Susanne wohl sagen sollte.

Auf einmal klingelte mein Handy energisch im RTW. Lies mir das Handy von dem Begleitpersonal reichen. Auf dem Display sah ich schon, Susanne. Bevor Sie was sagen konnte, wurde ich meine Situation los: „Susanne, ich hatte einen Unfall, liege gerade im Rettungswagen und bin auf den Weg nach Wasserlos, mach dir keine Gedanken und keine Panik, mir geht es soweit gut!“. Susanne sagte, dass sie ins Krankenhaus kommt. Die Fahrt ins Krankenhaus fühlte sich an wie eine Ewigkeit, konnte mir über mögliche Verletzungen Gedanken machen. Mein größter Schmerz war auf der rechten Seite des Brustkorbes. Schlüsselbeinbruch, eine häufige Verletzung, die es bei Stürzen vom Fahrrad gibt, konnte ich nach dem Gefühl her ausschließen. Arme, Beine, Gelenke und Hüfte fühlten sich auch gut an. Wirbelsäule konnte ich nicht einschätzen.

In Wasserlos raus aus dem RTW und rein in die Notaufnahme. Der Arzt stellte sich vor und begann sofort mit der Untersuchung. Da ich Schmerzen im Brustkorb hatte, war ein Röntgen der Rippen notwendig, um eine eindeutige Diagnose stellen zu können. Setzten mich in einen Rollstuhl und die Rettungsassistentin vom ASB fuhr mich zur Röntgenabteilung. An dieser Stelle auch meinen herzlichsten Dank an das Personal vom ASB aus Großkrotzenburg, fühlte mich zu jedem Zeitpunkt fürsorglich betreut, Super Job gemacht!

Inline-Skaterin und Radfahrer treffen sich - Radfahrer verletzt ins Krankenhaus

Karlstein-Großwelzheim, Lkrs. Aschaffenburg. Kurz vor 15.00 Uhr am Freitagnachmittag war eine 15jährige Schülerin aus dem Ort in der Spessartstraße damit beschäftigt, das "Amtliche Mitteilungsblatt" an die einzelnen Haushalte zu verteilen und war hierzu, damit dies zügiger von Statten geht, mit Inline-Skates unterwegs. Als sie dann wieder einmal die Straße von Haus zu Haus überqueren wollte, bemerkte sie einen sich ihr von hinten nähernden Rennradfahrer zu spät und betrat unmittelbar vor diesem die Fahrbahn. Der 44jährige Radler konnte nicht mehr ausweichen, so dass die beiden zusammenstießen und zu Fall kamen. Während die Skaterin unverletzt blieb, musste der Radfahrer mit Schürfwunden und Prellungen vom Rettungsdienst zur ambulanten Behandlung ins Krankenhaus nach Wasserlos verbracht wurde.

Main-Netz am 31.07.2011

Susanne war jetzt auch im KKH eingetroffen, da hatte ich ja den meisten Bammel, das ich einen Anschiss kassieren würde, warum ich immer so was machen muss. Glaube, weiß es aber nicht genau, das sie ganz froh war, das nicht mehr passiert war.

Die Röntgenbilder waren eindeutig, kein Rippenbruch, nur eine Prellung des Torax im rechten Bereich. Die Schürfwunden wurden gereinigt und verbunden. Arzt und Schwester in der Notaufnahme empfahlen mir, Schmerzmittel zu besorgen, weil die Schmerzen an nächsten Tag meist größer sind. Jetzt ging es nach Hause. Susanne machte sie dann auf den Weg in die Spessartstraße nach Großwelzheim, wo mein Fahrrad stand. Eine Anwohnerin hatte sich bereit erklärt, dass ich es hier unterstellen konnte. Da war es auch mein fast größtes Problem, mein Fahrrad, konnte noch nicht anschätzen welche Schäden daran waren.

Hoffe, dass ich den Unfall, was die körperlichen Schäden betrifft, schnell verarbeiten kann. Habe vor, dieses Jahr an zwei Großveranstaltungen zu starten, und wenn ich da dran teilnehmen will, muss ich mit dem Training so schnell als möglich loslegen, sonst wird das nichts. Die Nacht war auf alle Fälle trotz Schmerzmittel sehr unangenehm. Am Samstag früh machte ich mich dann gleich auf den Weg zu dem Fahrradhändler meines Vertrauens. Am Lenker ist das Lenkerband sowie der Schaltzug auf der rechten Seite beschädigt. Sattel und das Oberrohr des Rahmens haben auch den Unfall nicht unbeschadet überstanden. Ob das Schaltwerk oder der Rahmen mit der Gabel einen Schaden hat, kann ich zum jetzigen Zeitpunkt nicht sagen.

Jetzt noch für alle, die ohne Helm fahren, Ohren auf ! Hatte mir Anfang des Jahres einen neuen Helm geleistet. Auswahlkriterium nicht das Design, sondern Testergebnisse. Wenn ich keinen Helm aufgehabt hätte, wären erhebliche Kopfverletzungen die Folge gewesen. Der Helm hat den Sturz voll abgefangen und gedämpft, er ist im hinteren Bereich komplett durchgebrochen. Möchte mir nicht ausmalen, wie meine Schädeldecke ausgesehen hätte, wenn ich keinen Helm aufgehabt hätte.



Mittags war ich dann noch zum Protokoll bei der Polizei, hoffe das die Schadensabwicklung ohne Probleme über die Bühne geht. Da einer meine Leitsprüche ist, „man muss nur einmal mehr aufstehen, als man hingefallen ist“ hoffe ich, als bald wieder auf den Rad zu sitzen oder laufen zu können.

Bis bald ROKU