

Kraft
Ausdauer
Beweglichkeit
Koordination
Regeneration
Schnelligkeit
Sicherheit

Vorsicht beim **Golfen** in **tropischen** Ländern

*Wer hat sich nicht auch schon über den **unverhofften Besuch von Tieren** auf einer abendlichen Golfrunde gefreut? In unseren Heimclubs sind es meist **scheue Wildtiere und Nager** oder **freche Raben**, welche die zurückgelegten Divots wieder entfernen, um nach Würmern zu suchen, während **der Fuchs**, der den gespielten und in Ruhe befindlichen Ball mitnimmt oder gar ins Loch legt, meistens **nur in Regelkursen** vorkommt. Sobald wir uns aber **in wärmeren Regionen** dieser Golfwelt aufhalten, lauert neben dem Fairway die Gefahr durch **giftige Schlangen und Alligatoren**, aber auch durch **Spinnen, Insekten und Ameisen**.*

Martin Lauterburg



Martin Lauterburg ist Facharzt FMH für Orthopädische Chirurgie am Kantonsspital Frauenfeld sowie ärztlicher Leiter der Abteilung für Physio- und Ergotherapie. Zudem ist er Mitglied der United States Golf Teachers Federation USGTF.

Golfer haben die beneidenswerte Möglichkeit, ihren Sport in einer ausgesprochen vielseitigen und stets abwechslungsreichen Umgebung, sprich in der Natur, ausüben zu dürfen. Dabei werden sie auch ab und zu den Launen der Natur und des Wetters ausgesetzt, doch die herrlichen Landschaften sowie die Licht- und Wetterschauspiele entschädigen Golfer für manch erlittene Frustrationserlebnisse. Trotzdem spielt man Golf häufig doch am liebsten bei warmen, sommerlichen Temperaturen, weshalb es jetzt in diesen nasskalten Wintermonaten viele Golfende wieder in Richtung Süden an die Wärme zieht. Destinationen in Südeuropa,

Florida und Nordafrika sowie der Mittlere Osten und Thailand sind beliebte Reiseziele. Neben dem warmen Klima lockt eine abwechslungsreiche Tier- und Pflanzenwelt, doch in dieser von Golfern betretenen exotischen und zum Teil tropischen Natur lauern auch gewisse Gefahren, vor allem wenn man sich deren nicht bewusst ist. Obschon die meisten Betreiber von Golfanlagen alles daran setzen, die Sicherheit für Golfer zu garantieren, besteht leider immer ein gewisses Restrisiko.

Wer in warmen, tropischen Gegenden, womöglich noch mittags, Golf spielt, erleidet durch die hohe Luft-

feuchtigkeit und die hohen Temperaturen einen ungewöhnlich hohen Wasserverlust und eine starke Sonnenbestrahlung. Bei gleichzeitig ungenügender Wasserzufuhr und bei fehlender Kopfbedeckung droht, vor allem in den ersten Tagen der Akklimation, neben einem Wassermangel mit Kreislaufkollaps häufig auch ein «Sonnenstich». Doch auch von der reichhaltigen, uns nicht vertrauten Tierwelt gehen gewisse Gefahren aus. Im Rough werden Ameisen durch unbeabsichtigtes Betreten oder durch die durch Probeschläge verursachte Zerstörung von Behausungen zum Angriff auf den Golfer provoziert.

Im Rough vorsichtig bewegen

Die in den Südstaaten der USA vorkommenden «Fire Ant»-Ameisen sind deshalb so gefährlich, weil sie zu Tausenden angreifen und durch den wiederholten Giftstich sehr starke, brennende Schmerzen und zum Teil neben allergischen Schockzuständen auch Todesfälle verursachen. Killerbienen und Wespen (Yellow Jacket) stellen weitere Gefahrenpotenziale für Golfer dar. Im Gegensatz zu unseren heimischen Insekten sind diese äusserst aggressiv und können auch ohne vorherige Provokation angreifen. Ein durch einen unglücklich gespielten Golfball oder durch den Golfschlag aufgeschrecktes Killerbienen- oder Wespenvolk kann hingegen einen Angriff auslösen, bei dem die Anzahl von Stichen sogar tödlich enden kann. Wer sich vor Insektenstichen schützen will, sollte sich im Rough immer vorsichtig umsehen und fliegende Insekten möglichst nicht attackieren, ferner →

Unliebsame Begegnung: Ein Golfball ist just dort zu liegen gekommen, wo die **Kobra** in wachsamer Haltung wartet.



→ keine Kleidung mit farbigen Blumenmustern tragen und keine süßlich duftenden Parfüms, Haarsprays oder Deodorants verwenden.

Prophylaxe statt Gegengift

Ein weiteres Gefahrenpotenzial geht von Giftschlangen bzw. von Schlangenbissen aus. Weltweit sind über 2700 Schlangenarten bekannt, und jedes Jahr werden rund 300000 Personen von Schlangen gebissen. Rund jeder sechste Biss stammt dabei von einer giftigen Schlange. Beißt eine Giftschlange zu, so heisst dies noch lange nicht, dass ihr Gift auch in den Körper gelangt. Sei es, weil die Giftschlange von früheren Bissen abgebrochene Zähne hat, vor kurzer Zeit bereits zugebissen und Gift verbraucht hat oder weil sie nur oberflächlich beißen konnte.

Den Biss einer Giftschlange überleben bis zu 3% der Betroffenen leider nicht. So unterschiedlich die einzelnen Giftschlangen sind, so verschieden sind auch die Wirkungsweisen ihrer Gifte. Einige Gifte werden über die Lymphbahnen, andere über die Blutbahnen verteilt. Das Gift kann lokal das Gewebe zerstören oder als Nervengift zentral im Körper die Atemmuskulatur lähmen. Andere Gifte wiederum können die Blutzellen zerstören und eine Gerinnung auslösen. Weil für jedes spezifische Schlangengift ein eigenes Gegenmittel benötigt wird und häufig zudem noch unklar ist, welche Schlangenart genau zugebissen hat, ist es sinnvoller, sich grundsätzlich vor Schlangenbissen zu schützen, als nach einem Biss innert nützlicher Frist das geeignete Gegenmittel zu organisieren und sich optimal behandeln zu lassen.

Lieber Ball verloren geben

Dies erreichen Sie als Golfer dadurch, dass Sie Ihre Golfbälle in Gebüsch und im hohen Gras nicht um jeden Preis suchen und besser auf dem Fairway bleiben oder den Ball durch ortskundige Caddies suchen zu lassen.

Werden Menschen trotzdem von Schlangen gebissen, ist wegen weiterhin weit verbreiteter Unklarheiten Folgendes zu beachten:

1. Die Schlange einzufangen ist extrem gefährlich und sollte unbedingt unterlassen werden, denn zur Identifikation genügt meistens eine genaue Beschreibung der Körperzeichnung.
2. Auf keinen Fall darf man versuchen mit dem Mund das Gift aus der Wunde zu saugen, denn über die Mundschleimhaut kann das Gift auch für den Helfer gefährlich werden. Einzig geeignet sind spezielle Saugpumpen (Extractor), die sofort eingesetzt etwa 20 bis 30% Gift entfernen können.
3. Bisswunden nicht mit Eis kühlen und nicht mit dem Messer eröffnen, weil meist mehr Schaden als Nutzen resultiert.
4. Die betroffene Extremität nicht abbinden. Handelt es sich um Gifte, die über die Lymphbahnen verteilt werden, kann eine leichte Kompression mit einer elastischen Binde in der eingewickelten Körperregion die Giftausbreitung verlangsamen.

In den Südstaaten und in Florida geht eine weitere Gefahr für den Golfer von Alligatoren aus, deren Lebensräume immer häufiger neben Siedlungen und Golfplätze zu liegen kommen. Dadurch werden Begegnungen zwischen Menschen und Alligatoren auch immer zahlreicher. Golfer spielen häufig sogar auf Plätzen, auf denen Alligatoren in den Wasserhindernissen leben. Gefährlich wird es vor allem, wenn man beginnt, seine Golfbälle im Wasserhindernis zu suchen. Auch in der Paarungszeit (April/Mai) sind Alligatoren ausserhalb des Wassers vermehrt angriffslustig, weshalb man dringend davon abraten muss, sich den Alligatoren zu nähern, um Fotos zu schiessen. ●



Prävention gegen Schlangenbisse

1. Vermeiden Sie Orte wie sonnenexponierte Steine und dichtes Unterholz, wo sich Schlangen bevorzugt aufhalten.
2. Nähern Sie sich nicht aus Neugier und zum Betrachten den entdeckten Schlangen.
3. Fassen Sie reglose Schlangen nicht an.

Massnahmen bei Schlangenbissen

1. Betroffenen beruhigen.
2. Wunde 15 bis 30 Sekunden bluten lassen, dann desinfizieren oder mit Seife und Wasser reinigen.
3. Körperregion mit elastischer Binde einwickeln und Bissstelle aussparen.
4. Saugpumpe (Extraktor) einsetzen, um die Giftmenge zu reduzieren.
5. Betroffene Körperregion auf Herzhöhe ruhig stellen.
6. Spital/Arzt aufsuchen.