

## Verletzungsglossar

### Außenbandriss im Knie

Riss des Bandes an der Außenseite des Kniegelenks, z.B. durch Sturz oder Verdrehung bei falschem Schritt

Symptome: Schmerzen; Instabilität des Kniegelenks

Ausfalldauer: 4 bis 8 Wochen

### Bänderdehnung im Finger

Übermäßige Belastung des Fingergelenks, z.B. durch Fehler bei der Ballannahme

Symptome: Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 1 bis 2 Wochen

### Bänderdehnung im Handgelenk

Übermäßige Belastung des Handgelenks, z.B. durch Sturz

Symptome: Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 1 bis 3 Wochen

### Bänderdehnung im Knie

Übermäßige Belastung des Kniegelenks, z.B. durch Sturz oder falschen Schritt

Symptome: Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 4 bis 6 Wochen

### Bänderdehnung im Sprunggelenk

Übermäßige Belastung des Sprunggelenks, z.B. durch Umknicken bei Sturz oder falschem Schritt

Symptome: Schmerzen; Schwellung

Ausfalldauer: 1 bis 2 Wochen

### Bänderriss im Finger

Riss von Bändern oder Sehnen im Fingergelenk, z.B. durch heftigen Aufprall des Balles bei angespanntem Finger

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Bluterguss; Einschränkung der Funktion des Fingers

Ausfalldauer: 2 bis 3 Wochen

### Bänderriss im Handgelenk

Riss von Bändern oder Sehnen im Handgelenk, z.B. durch Sturz

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Bluterguss; Einschränkung der Funktion des Handgelenks; Kraftverlust in der Hand

Ausfalldauer: 6 bis 8 Wochen

### Bänderriss im Sprunggelenk

Riss des Bandes am oberen Sprunggelenk, z.B. durch Umknicken bei Sturz oder falschem Schritt

Symptome: Schmerzen; Schwellung; Bluterguss

Ausfalldauer: 6 bis 8 Wochen

### Fingerbruch

Bruch eines oder mehrerer Knochen im Finger durch Verdrehungen, Überstreckungen, Quetschungen oder heftige Prellungen, z.B. bei der Ballannahme

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Einschränkung der Beweglichkeit des Fingers

Ausfalldauer: 2 bis 3 Wochen

### Fingerprellung

Prellung des Fingers, z.B. durch heftigen Aufprall des Balles

Symptome: Schwellung; starke Schmerzen

Ausfalldauer: 1 bis 6 Wochen

### Handgelenksbruch

Bruch der Speiche im Unterarm, z.B. durch Sturz

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Fehlstellung des Handgelenks

Ausfalldauer: 4 bis 6 Wochen

### Handgelenksprellung

Prellung des Handgelenks, z.B. durch Sturz

Symptome: Schwellung; starke Schmerzen

Ausfalldauer: 1 bis 6 Wochen

### Innenbandriss im Knie

Riss des Bandes an der Innenseite des Kniegelenks, z.B. durch Sturz oder Verdrehung bei falschem Schritt

Symptome: Schmerzhaftige Bewegungseinschränkung; Instabilität des Kniegelenks; Druckschmerz am Innenband

Ausfalldauer: 2 bis 10 Wochen

### Kapselriss im Finger

Riss der Gelenkkapsel im Finger, z.B. durch heftigen Aufprall des Balles bei angespanntem Finger

Symptome: starke stechende Schmerzen; Schwellung; Bluterguss; Einschränkung der Funktion des Fingers

Ausfalldauer: 4 bis 6 Wochen

### Kapselriss im Sprunggelenk

Riss der Gelenkkapsel im Sprunggelenk, z.B. durch Umknicken bei Sturz oder Landung bei einem Sprung

Symptome: starker dumpfer Schmerz; Schwellung; Bluterguss

Ausfalldauer: 1 bis 12 Wochen

### Knieprellung

Prellung des Knies, z.B. durch Sturz

Symptome: Schwellung; starke Schmerzen

Ausfalldauer: 1 bis 6 Wochen

### Knöchelbruch

Bruch des Innen- oder Außenknöchels am Fuß, z.B. durch Sturz oder nach Landung bei einem Sprung

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Bluterguss; Bewegungseinschränkung; Fehlstellung des Fußes

Ausfalldauer: 4 bis 6 Monate

### Knöchelprellung

Prellung des Fußknöchels, z.B. durch Sturz oder Zusammenstoß mit einem\*r anderen Spieler\*in

Symptome: starke Schmerzen; Schwellung; Bewegungseinschränkung

Ausfalldauer: 1 bis 6 Wochen

### Leichte Bänderdehnung im Finger

Übermäßige Belastung des Fingergelenks, z.B. durch Fehler bei der Ballannahme

Symptome: Leichte Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 4 bis 7 Tage

### Leichte Bänderdehnung im Handgelenk

Übermäßige Belastung des Handgelenks, z.B. durch Sturz

Symptome: Leichte Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 4 bis 7 Tage

### Leichte Bänderdehnung im Knie

Übermäßige Belastung des Kniegelenks, z.B. durch Sturz oder falschen Schritt

Symptome: Leichte Schmerzen, besonders bei Bewegungen

Ausfalldauer: 2 bis 4 Wochen

## Leichte Bänderdehnung im Sprunggelenk

Übermäßige Belastung des Sprunggelenks, z.B. durch Umknicken bei Sturz oder falschem Schritt

Symptome: Leichte Schmerzen; Schwellung

Ausfalldauer: 4 bis 7 Tage

## Meniskusriss

Verletzung der Knorpelscheiben (Menisken) im Kniegelenk durch plötzliche Überstreckung oder Beugung des Kniegelenks, z.B. durch Sturz oder Zusammenstoß mit einem\*r anderen Spieler\*in

Symptome: starke Schmerzen; Einschränkung der Bewegung des Kniegelenks

Ausfalldauer: 2 bis 8 Wochen

## Platzwunde am Kopf

Riss-Quetschwunde am Kopf, z.B. durch Zusammenstoß mit einem\*r anderen Spieler\*in oder Balltreffer

Symptome: starke Blutung; Schmerzen; Schwellung; Kopfschmerzen

Ausfalldauer: 10 bis 14 Tage

## Prellung im Gesicht

Prellung im Gesichtsbereich (z.B. Jochbein), z.B. durch Zusammenstoß mit einem\*r anderen Spieler\*in oder Balltreffer

Symptome: Schmerzen; Schwellung; Bluterguss

Ausfalldauer: 1 bis 4 Wochen

## Teilweiser Kreuzbandriss

Teilweiser Riss des vorderen oder hinteren Kreuzbandes im Kniegelenk, z.B. durch Sturz oder Verdrehung bei falschem Schritt

Symptome: plötzliche starke Schmerzen, die erst nachlassen und bei erneuter Belastung wieder auftreten

Ausfalldauer: 6 bis 9 Monate

## Vollständiger Kreuzbandriss

Vollständiger Riss des vorderen oder hinteren Kreuzbandes im Kniegelenk, z.B. durch Sturz oder Verdrehung bei falschem Schritt

Symptome: plötzliche starke Schmerzen, die erst nachlassen und bei erneuter Belastung wieder auftreten

Ausfalldauer: 6 bis 9 Monate