



/BERGSPORT..., RISICOSPORT?

*"HELIKOPTERREDDING IS EEN LAATSTE REDMIDDEL,
GEEN SERVICE WAAR JE OP MAG REKENEN,
LAAT STAAN RECHT OP HEBT.
ZELFREDZAAMHEID BLIJFT HET UITGANGSPUNT
VOOR WIE ZELFSTANDIG DE BERGEN IN TREKT.."*

De klim- en bergsport kampt vaak met een negatief imago: het is gevaarlijk, extreem, iets voor adrenalinejunkies. Kloppen deze vooroordelen? Hoe gevaarlijk is de klim- en bergsport? Wat met de verzekering? Klim- en Bergsport Magazine spreekt met KBF-medewerker Reginald Roels en werpt een blik op de cijfers.

Het beschikbare cijfermateriaal in Vlaanderen over het aantal ongevallen in de bergsport is beperkt. Er is momenteel immers geen meldingsplicht of een centrale database waar deze informatie verzameld wordt. Om een zicht te krijgen op het aantal ongevallen in de klim- en bergsport brengt de Klim- en Bergsportfederatie jaarlijks de ongevalsangiften van haar leden in kaart.

Deze aangiften omvatten alle ongevallen met lichamelijk letsel, daarbij ook de ongevallen met dodelijke slachtoffers. In tegenstelling tot wat vaak gedacht wordt, zijn ongevallen met een dodelijke afloop erg uitzonderlijk – en gelukkig maar! In totaal telt de KBF meer dan 11 000 leden die actief zijn in zes verschillende disciplines van de bergsport: bergwandelen, bergbeklimmen, sportklimmen, rotsklimmen, canyoning en winterbergsport.

BERGSPORTONGEVALLEN IN CIJFERS

Reginald Roels is verantwoordelijke verzekeringen bij de Klim- en Bergsportfederatie. Hij licht de beschikbare cijfers toe. “De afgelopen negen jaar (periode 2008-2016) is het aantal ongevalsangiften jaarlijks gestegen. Van 144 aangiften in 2008 naar 196 aangiften vorig jaar.” Ook het ledenaantal van de KBF is de afgelopen negen jaar fors gestegen: van 9 477 in 2008, naar 10 849 leden in 2016. Dit betekent dat er in 2008 0,015 ongevallen waren per lid. In 2016 was dat 0,018. Het ledenaantal is de voorbije 9 jaar met 14% gestegen, het (relatief) aantal ongevalsangiften met 20%. Een KBF-lid heeft gemiddeld genomen een kans van 1 op 50 om een ongevalsangifte te (moeten) doen.

Op basis van de aangiften in 2016 (zie grafiek 1) zien we dat het grootste aantal ongevallen zich voordoet in de leeftijdscategorie 26 tot 35-jarigen (34% van de aangiften), gevolgd door de categorie 36 tot 45-jarigen (26% van de aangiften). De leeftijdsgroep 26 tot 45-jarigen maakt 43% van het ledenaantal uit. We zien ook dat 72% van de ongevallen in 2016 zich voordeed bij mannen, 28% van de slachtoffers waren vrouwen. Ook deze cijfers zijn geen verrassing: immers 69% van de KBF-leden is mannelijk en 31% is vrouwelijk. De ongevallen verdelen zich proportioneel over sekse en leeftijd. Er is geen reden om aan te nemen dat jongeren of mannelijke bergsporters meer kans hebben op een ongeval

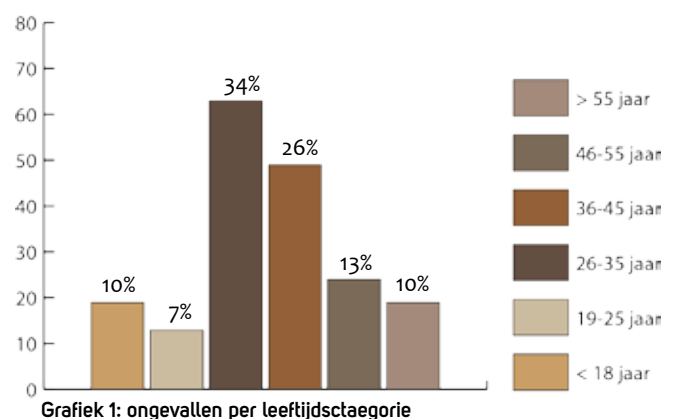
ONGEVALLEN PER SPORTTAK

Naast een algemene analyse van de cijfers, brengt KBF de aangiften ook jaarlijks in kaart per sporttak (zie grafiek 2). “Rotsklimmen is telkens koploper bij het aantal ongevalsangiften”, zegt Reginald, “op de voet gevolgd door sportklimmen.” De oorzaak daarvan is waarschijnlijk dat sport- en rotsklimmen door meer sporters beoefend wordt dan de andere disciplines. Daarnaast ligt het aantal beoefende uren in deze sporttakken hoger. De meeste leden gaan slechts enkele keren per jaar naar de bergen, maar gaan wekelijks naar een klimzaal of zelfs naar de rotsen. Waarschijnlijk, want het aantal beoefende uren is moeilijk te registreren.

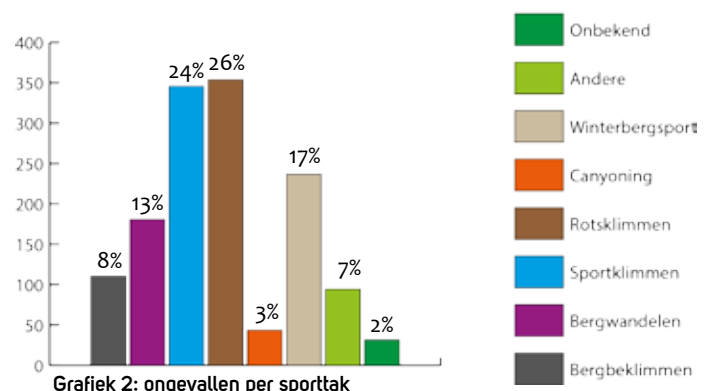
Bij sportklimmen doet één derde van de ongevallen zich voor in de discipline boulder, twee derde bij lengteklimmen. Bij rotsklimmen doet 6% van de ongevallen zich voor bij boulder en amper 1% van de ongevallen bij rotsklimmers gebeurt tijdens een via ferrata. “Helaas hebben we momenteel geen cijfers over de precieze oorzaak of omstandigheden van een ongeval”, legt Reginald uit. Nochtans lijkt er zich een tendens af te tekenen bij rotsklimmers: de meeste ongevallen gebeuren bij een voorklimmersval.

Het merendeel van de ongevallen in de categorie winterbergsport doet zich voor tijdens het skiën of snowboarden (89%). Een kleine minderheid gebeurt tijdens het toerskiën (6%) en het ijsklimmen (5%). Onder de categorie andere valt een allegaartje aan meldingen in activiteiten zoals deathride, golfsurfen, indoor skiën, kajakken en drytool-klimmen.

Ook op de ernst en de aard van de ongevallen heeft de KBF slechts een beperkt zicht. Op basis van de ongevalsangiften in 2016 zien we dat 26% van de ongevallen (55 meldingen) behoort tot de categorie van verstuingen en ontwrichtingen. Bij 16% (33 meldingen) van de ongevallen gaat het om breuken. De lichaamsdelen die het vaakst gekwetst worden zijn de hand, elleboog, schouder, voet en knie. Bij 8% (17 meldingen) van de aangiften gaat het om hoogteziekte. Deze cijfers geven echter geen volledig beeld, want bij de helft van de aangiften (105 meldingen) blijft de aard van het letsel onbekend!



Grafiek 1: ongevallen per leeftijdscategorie



Grafiek 2: ongevallen per sporttak

DODELIJKE SLACHTOFFERS

Zoals we eerder in dit artikel aanhaalden, is een dodelijk bergsportongeval bij KBF-leden eerder uitzonderlijk. Het aantal dodelijke slachtoffers varieert jaarlijks van geen tot twee. Gemiddeld betreurt KBF één dodelijk slachtoffer per jaar. "In totaal vielen er de afgelopen negen jaar (2008-2016) zeven dodelijke slachtoffers: vijf mannelijke en twee vrouwelijke slachtoffers", vertelt Reginald. Vier van deze ongevallen deden zich voor tijdens het bergbeklimmen, twee tijdens het bergwandelen en één tijdens een via ferrata. De tendens is hier dus duidelijk anders dan bij de ongevallen met letsels.

STIJGEND AANTAL HELIKOPTERREDDINGEN: EEN ALARMERENDE TENDENS

Een opvallende tendens bij de ongevalsangiften is dat het aantal helikopterreddingen jaarlijks toeneemt. "Met een piek van 38 personen in 2016," zegt Reginald. "In zes gevallen ging het om hoogteziekte." Een onrustwekkende tendens, waarschuwen ook de bergreddingsdiensten. "De drempel om de hulpdiensten in te roepen is lager geworden, nog voor er zich een ongeval heeft voorgedaan. De hamvraag is dan: wanneer is er sprake van bergnood? Ook de bergreddingsdiensten zijn immers beperkt. Is het weer te slecht, dan blijft de helikopter aan de grond." Helikopterredding is een laatst redmiddel, geen service waar je op mag rekenen, laat staan recht op hebt. Zelfredzaamheid blijft het uitgangspunt voor wie zelfstandig de bergen in trekt.

OMGAAN MET RISICO'S

In het verleden werd een onderscheid gemaakt tussen objectieve en subjectieve gevaren in het hooggebergte. De objectieve gevaren, zoals ijs- en steenslag, maken onvermijdelijk deel uit van de alpiene omgeving. De subjectieve gevaren zijn afhankelijk van de beslissingen van het individu. Denk maar aan voorbeelden zoals fysieke voorbereiding, materiaalkennis, enzovoort. Vandaag wordt echter hoe langer hoe meer aangenomen dat ook de objectieve gevaren als subjectief kunnen worden beschouwd. Met de juiste ervaring, voorkennis en ingesteldheid had je het (objectieve) gevaar immers kunnen herkennen én vermijden...

Het belang van opleiding, zelfkennis en zelfredzaamheid kunnen we dan ook niet genoeg onderstrepen. Ja, de klim- en bergsport is niet vrij van risico's. Het avontuur speelt zich doorgaans af in de vrije natuur, onder omstandigheden die je niet volledig onder controle hebt. Maar met een goede voorbereiding, de nodige opleiding en praktijkervaring kun je deze risico's tot een aanvaardbaar minimum beperken.

"BEN IK NIET VERZEKERD VIA DE MUTUALITEIT?"

Ten slotte is er nog de verzekeringskwestie. Zijn bergsportactiviteiten verzekerd bij het ziekenfonds? Is een extra verzekering noodzakelijk? "Bergwandelen op gebaande paden en skiën op de piste worden door de meeste mutualiteiten en familiale verzekeringen gedekt", legt Reginald uit.

"Maar andere bergsportactiviteiten, zoals klimmen, alpinisme en canyoning, vallen buiten het bereik van deze verzekering. Ook helikopterredding en repatriëring zijn niet standaard gedekt door de mutualiteit en de kosten van een reddingsoperatie kunnen aanzienlijk oplopen. Een helikopterredding in de Alpen kost gemiddeld 5000 euro. Buiten de Alpen, bijvoorbeeld in Nepal, loopt het bedrag op tot wel 20 000 euro. Ook de geografische dekking van de reisbijstand aangeboden door de verschillende mutualiteiten is beperkt."

Om je te beschermen tegen de kosten die niet gedekt zijn door de mutualiteit, is aansluiting bij de Klim- en Bergsportfederatie een goede oplossing. "De verzekering zit automatisch vervat in het lidmaatschap", licht Reginald toe, "en is aanvullend op andere verzekering(en) die je reeds hebt afgesloten."

Maar ook de KBF-verzekering heeft beperkingen. "Zo is helikopterredding uitgesloten bij expedities langer dan acht weken of een meerdaagse expeditie boven 6000 meter. Hiervoor kun je een bijkomende verzekering afsluiten."



CONCLUSIE

De Klim- en Bergsportfederatie en haar clubs leveren grote inspanningen om ongevallen in de bergsport zoveel mogelijk te voorkomen. Maar om (nog) gericht aan preventie te doen, is er nood aan meer inzicht in bergsportongevallen en hun oorzaken. Binnen de klimopleidingen van de verschillende KBF-clubs wordt hier alvast een eerste aanzet toe gegeven met de opstart van een nieuw registratiesysteem. Zo worden (bijna-)ongevallen in de klimopleiding meer systematisch en uitgebreid geregistreerd. ▲

Met dank aan Reginald Roels, Tom De Clerck en het sporttechnisch team van KBF voor hun bijdragen aan dit artikel.



WAT TE DOEN BIJ EEN ONGEVAL?

- Neem zo snel mogelijk contact op met het KBF-secretariaat op het nummer 03 830 75 00, bereikbaar op weekdagen van 9 tot 17 uur.
- Je ontvangt de aangifteformulieren en instructies per e-mail.
- Bewaar alle documenten die verband houden met het ongeval: rekeningen, proces verbaal, doktersbriefjes, enzovoort.
- Voor opsporing en redding: contacteer de lokale reddingsdiensten. Noteer dit nummer voor vertrek! Bewaar alle documenten en voeg de kosten achteraf toe aan het verzekeringsdossier.
- Voor repatriëring na een ongeval, neem steeds contact op met het KBF-secretariaat via 03 830 75 00. De repatriëring wordt vastgelegd in overleg met de behandelende arts.
- In het weekend is een SOS-dienst actief, bereikbaar op het nummer 03 830 75 00. Contacteer de SOS-dienst in geval van dringende repatriëring of een dodelijk ongeval. Voor andere meldingen kun je het secretariaat tijdens de eerstvolgende werkdag contacteren.

Heb je vragen over de bergsportverzekering van KBF? Aarzel niet om contact op te nemen met het KBF-secretariaat via info@kbvzw.be of 03 830 75 00, of neem een kijkje op www.kbvzw.be/inhoud-verzekering.

ONGEVAL? BEL HET NOODNUMMER!

Het algemeen Europees noodnummer 112 is 24 uur op 24, 7 dagen op 7 gratis bereikbaar in heel Europa. Geen netwerk? Ook wanneer je gsm-netwerk niet beschikbaar is (op de display van je gsm staat "enkel noodoproepen"), kun je het noodnummer 112 bereiken. Schakel je telefoon uit, zet hem vervolgens weer aan en toets meteen 112 in. De telefoon zoekt automatisch het sterkste netwerk. Nog steeds geen verbinding? Verander dan van plaats en bel geregeld 112 tot een verbinding mogelijk is.

Andere noodnummers

Oostenrijk: 140

Italië: 118

Zwitserland: +41 333 333 333

Frankrijk: 15

Je kunt ook rechtstreeks met de lokale bergreddingsdienst contact opnemen. Deze nummers verschillen per regio. Sla dit nummer vooraf op in je telefoon!

Alpien noodsignaal

Door de uitzending van een alpien noodsignaal kun je de aandacht trekken van anderen. Dit kan met zichtbare signalen (denk aan: een lamp, lichtweerkaatsing met een spiegelletje) of hoorbare signalen (luid roepen, fluiten).

Noodsignaal: 6 signalen per minuut met regelmatige tussenpozen, gevolgd door 1 minuut pauze. Herhalen totdat je een antwoord krijgt.

Antwoord: 3 signalen per minuut met regelmatige tussenpozen, gevolgd door 1 minuut pauze.

Welke informatie heeft de bergreddingsdienst nodig?

- Wie ben jij? Waar bevind je je? Hoe ben je te bereiken? Laat een gsm-nummer achter waarop de hulpdienst jou kan bereiken.
- Wat is er gebeurd? Beschrijf het ongeval: bijvoorbeeld een lawineongeval, val in gletsjerspleet,...
- Waar? Geef de locatie zo precies mogelijk door, eventueel via GPS-coördinaten, hoogte,...
- Hoeveel slachtoffers zijn er en welke verwondingen hebben ze?
- Hoe zijn de (weers-)omstandigheden ter plekke?
- Vraag de reddingsdienst naar hun verwachte aankomsttijd!

Meer weten?

- Als bergsporter is een zekere mate van zelfredzaamheid van levensbelang. Een cursus EHBO is daarom geen overbodige luxe!
- De Duitse Alpenvereniging heeft een korte brochure uitgebracht met tips en advies over de meest voorkomende bergsportongevallen en -ongemakken. Je vindt de brochure online op www.alpenverein.de > "Erste Hilfe für Bergsportler".