

Gemeinde-Unfallversicherungsverband Oldenburg

– Gesetzliche Unfallversicherung –
Gartenstraße 9
26122 Oldenburg

Presseinformation

Risiko raus!

Helm schützt Hirn – Eltern sind Vorbilder

Oldenburg, im Juni 2011

Es ist keine Frage: Ein getragener Helm schützt Radfahrer im Falle eines Sturzes vor schweren Kopf- und Halswirbelerletzungen. Dennoch tragen ihn noch immer viel zu wenige Fahrradfahrer – ob aus Gewohnheit, aus Furcht um die Frisur oder auch deshalb, weil es in Deutschland noch immer keine Helmpflicht für Radfahrer gibt.

„Was für Motorrad- und Rennradfahrer selbstverständlich ist, sollte aber auch für Radfahrern zur Regel werden – vor allem für Eltern“, sagt Michael May, Geschäftsführer des Gemeinde-Unfallversicherungsverbandes Oldenburg. Er betont die Vorbildfunktion von Eltern für ihre Kinder: „Es ist nicht besonders glaubhaft, wenn ich meinem Kind sage, es soll den Helm aufsetzen – und ich dann selbst ohne Helm neben ihm herradle“, so May über eine allzu alltägliche Situation im Straßenverkehr.

Eltern und Kinder sollten, selbst auf kurzen Wegen, im Team den Helm tragen. Auch dann, wenn die Kinder auf dem Kindersitz transportiert werden – über dem Gepäckträger oder auf einem am Lenker befestigten Sitz.

Überschaubare Kriterien für den guten Helm

Ein schneller Blick aufs Etikett verrät schon das Meiste über den Helm: Hinweise auf die Norm EN 1078 sowie auf die Prüfzeichen CE und, besser noch, GS, sind Zeichen für Qualität und Sicherheit.

Ein Muss ist das individuelle Anpassen. Der Helm sollte vor allem leicht sein (unter 500 Gramm) und so fest sitzen, dass er zwar nicht drückt, aber beim leichten Vorbeugen auch nicht gleich vom Kopf fällt. Die Farbe ist überwiegend hell, das Muster auffällig und möglichst reflektierend.

Der Helm sitzt waagrecht auf dem Kopf, die Helmkante befindet sich einen Fingerbreit über den Augenbrauen. Die Riemen liegen als Dreieck um die Ohren, berühren sie aber nicht. Der Verschluss ist mühelos zu schließen, liegt dennoch aber so nah am Kinn an, dass nur ein Finger zwischen Kinn und Riemen passt.

Kinder brauchen häufiger einen neuen Helm

Eltern sollten darauf achten, dass ihre Kinder in jeder Wachstumsphase einen perfekt sitzenden Helm tragen. Das heißt zwar, dass häufiger ein neuer gekauft werden muss, aber ein Helm, der zu groß gekauft und dann per Verstellsystem an den Kopf angepasst wird, schützt nicht optimal. Kinderhelme sollten deshalb auch eher in Fachgeschäften gekauft werden, nicht im Internet.

Präventionskampagne „Risiko raus!“ der gesetzlichen Unfallversicherung

Unter www.risiko-raus.de, Rubrik: Infomaterial, kann die Broschüre „Das sichere Fahrrad“ kostenlos heruntergeladen werden.

Für Ihre Rückfragen zu dieser Presseinformation:

Michael May, Geschäftsführer, Tel: 0441 / 7 79 09 - 21; Fax: 0441 / 7 79 09 - 51.