
Nur jeder sechste Fahrradfahrer trägt einen Helm

Ein Fahrradhelm kann bei einem Verkehrsunfall schwere Kopfverletzungen verhindern. Dennoch trägt ihn bislang nur etwa jeder sechste Fahrradfahrer, obwohl sich die Vielfalt des Angebots und die Schutzwirkung stetig erhöhen. Die Deutsche Verkehrswacht (DVW) empfiehlt, sich nicht ohne Kopfschutz auf den Sattel zu schwingen.

Die Designvielfalt ist mittlerweile so groß, dass jeder Fahrradfahrer einen passenden „Deckel“ findet. Es gibt Helme nicht nur in allen möglichen Farben und Mustern, sondern auch für unterschiedliche Anforderungen: den Rundumschutz mit Kinnbügel für Mountainbiker, die Halbschale für BMX-Fahrer, den platzsparenden Klapphelm für die Fahrt ins Büro oder den ganz windschnittigen und gut belüfteten Helm für den Rennsportler. Gute Alltagsmodelle schützen zusätzlich die Schläfen, die bei vielen Stürzen auf den Kopf betroffen sind. Wichtig ist, dass der Helm die Prüfnorm EN 1078 erfüllt und fest und waagrecht auf dem Kopf sitzt, ohne zu drücken. Die DVW empfiehlt, den Helm vor dem Kauf auf jeden Fall anzuprobieren.

Der Fahrradhelm kann keine Unfälle verhindern, aber schwere Kopfverletzungen vermeiden und Leben retten. Laut der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) machen Kopfverletzungen, insbesondere Schädel-Hirn-Traumata, mehr als zwei Drittel der Verletzungen bei Fahrradfahrern aus. Bis zu 80 Prozent der schweren Kopfverletzungen können durch einen Helm verhindert werden, wie ein Gutachten zeigt, das 2017 von den Verkehrsministerien Baden-Württemberg und Thüringen in Auftrag gegeben wurde. Auch die Bundesanstalt für Straßenwesen (BASt) kommt nach einer Analyse von Unfalldaten unter anderem zu dem Schluss, dass bei stationären Patienten, die keinen Fahrradhelm trugen, der Anteil an Kopfverletzungen zehnmal höher war als bei Helmträgern.

Nach einer BASt-Studie trugen 2016 etwa 17 Prozent der Radfahrer einen Helm. Dabei unterscheiden sich die Altersgruppen stark voneinander. Drei von vier Kindern im Grundschulalter nutzen den Kopfschutz und jedes dritte im Alter von elf bis 16 Jahren. Danach fällt die Tragequote stark ab auf etwa sieben Prozent und steigert sich erst wieder ab einem Alter von über 30 Jahren. (ampnet/jri)

Bilder zum Artikel



Fahradhelme gibt es für verschiedene Einsatzzwecke, etwa wie hier für Mountainbiker mit an der Rückseite tiefergezogener Schale, abnehmbarem Schild und jeder Menge Belüftungsöffnungen.

Foto: Auto-Medienportal.Net/Pressedienst Fahrrad