

## Ski-Helme können schwere Verletzungen vermeiden

**Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte sollten beim schulischen Skisport nur mit Helm auf die Piste.**

**Das empfehlen die Kommunale Unfallversicherung Bayern, die Bayerische Landesunfallkasse und die Unfallkasse München.**

**„Am besten machen Lehrer schon bei der Vorbereitung von Wintersporttagen oder Skikursen deutlich, dass der Helm beim alpinen Skisport oder Snowboarden ein Höchstmaß an Sicherheit bietet“, sagt Heiko Häußel, Präventionsexperte bei der Kommunalen Unfallversicherung Bayern.**

**„Dann gibt es hinterher keine Diskussionen auf der Piste.“**

Seit Jahren empfehlen die KUVB/die Bayer. LUK und die UK München dringend, ohne dass dazu eine gesetzliche Verpflichtung vorliegt, und auf Grundlage bestehender Bekanntmachungen des Bayerischen Kultusministeriums, bei Wintersportaktivitäten, wie Ski fahren und snowboarden, rodeln und eislaufen, einen Helm zu tragen.



### Der Hintergrund

Helme können Unfälle zwar nicht verhindern, aber die Schwere der Verletzung vermindern. Das zeigen verschiedene Untersuchungen: So betreffen 10 bis 15 Prozent aller Verletzungen den Kopf, was in der Regel schwerwiegende Folgen hat. Die Ursachen sind Kollisionen, aber auch Stürze auf gut präparierte, harte Pisten. Österreichische Untersuchungen haben ergeben, dass Helmträger 50 Prozent weniger Gehirnerschütterungen erleiden als Skifahrer ohne Helm. Daher besteht in Österreich und Italien bereits eine Helmpflicht. Dort dürfen Kinder und Jugendliche nur mit Helm auf die Pisten.

Experten zufolge könnten sogar bis zu 60 Prozent der Verletzungen durch das Tragen von Skihelmen vermieden wer-

den. In Frankreich ist zum Beispiel seit 1995 der Anteil der Kinder unter 14 Jahren, die beim Skifahren einen Helm tragen, von 15 auf 90 Prozent gestiegen. Die Zahl der schweren Kopfverletzungen nahm im selben Zeitraum deutlich ab.

**Beim Skifahren während der Klassenfahrt nur mit Helm auf die Piste!**

### Wie aber findet man den richtigen Helm?

Experte Häußel: „Der Helm sollte die DIN EN 1077 ‚Helme für alpine Skiläufer und für Snowboarder‘ erfüllen.

**Ganz wichtig: Der Helm muss passen.  
Er sollte deshalb unbedingt ausprobiert werden, bevor es auf die Piste geht.“**

Das Tragen von Helmen ist ein ganz wichtiger Teil der sicheren Organisation schulischer Skisportveranstaltungen, für die die Lehrkraft die Verantwortung trägt. „Auf der Piste ist der Lehrer Vorbild“, sagt Häußel. „Das bedeutet, auch beim Thema Helm mit gutem Beispiel voranzugehen. Wenn sich die Freizeitsportler auf der Piste das Helmtragen ebenfalls anschauen, umso besser!“

### Weitere Informationen zur sicheren Gestaltung von Klassenfahrten und Wintersport

„Hinweise und Tipps zur Durchführung von Wintersporttagen“  
(Bestellnummer: GUV-X 99931).



Zu beachten sind auch die Regeln der International Ski Federation (FIS) zum sicheren Skifahren.