



## Pressemitteilung – 31. März 2017

### Sicher unterwegs mit dem Rad: Helmtragen verringert Risiko einer schweren Kopfverletzung um 85%!

*Gleichzeitig mit den Temperaturen steigt nun wieder die Zahl der RadfahrerInnen auf Straßen und Radwegen. Radfahren macht Spaß, schult ganz nebenbei die Koordinationsfähigkeit und kann fast überall ohne großen Aufwand ausgeführt werden. Gerade für Kinder, die noch wenig Erfahrung am Rad haben, ist es aber nicht ungefährlich: Rund 5.000 Kinder verletzen sich in Österreich jährlich beim Radfahren, wobei jede dritte Verletzung als schwer einzustufen ist. Die wichtigste Schutzmaßnahme: Bei JEDER Fahrt mit dem Rad Helm tragen!*



Radfahren zählt zu den beliebtesten Sportarten der ÖsterreicherInnen. Bereits Kleinkinder beginnen mit dem Laufrad Gleichgewicht und Koordination zu trainieren. 25% der an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendchirurgie Graz behandelten Radfahrurufälle betreffen Kinder bis 5 Jahre, je rund 38% 6–10-Jährige und 11–14-Jährige. „Jede dritte Verletzung ist dabei als schwer einzustufen, wobei das Risiko mit dem Alter steigt. Liegt es bei den kleinen Kindern (0–6 Jahre) bei 19%, so erhöht es sich auf 28% bei den 6–14-Jährigen und weiter auf 32% bei den über 14-Jährigen. Denn: Je älter die Kinder sind, desto schneller sind sie mit dem Fahrrad unterwegs, desto seltener tragen sie einen Helm und desto größer ist deshalb die Gefahr, sich schwer zu verletzen“, so Univ.-Prof. Dr. Holger Till, Präsident von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE und Vorstand der Grazer Universitätsklinik für Kinder- und Jugendchirurgie.

#### **Radhelm ist wichtigste Schutzausrüstung**

72% der Kopfverletzungen bzw. 83% der schweren Kopfverletzungen finden sich bei Kindern und Jugendlichen, die keinen Radfahrhelm getragen haben. Wichtigste Schutzmaßnahme beim Radfahren ist also das Tragen eines gut sitzenden Helmes. Dies ist bis zum 12. Geburtstag gesetzlich verpflichtend. Dennoch kommen laut einer Studie von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE nur rund 42% dieser Verpflichtung nach. Nach Ende der Helmtragepflicht sinkt diese Quote bei den 12–14-Jährigen gar auf nur gut ein Drittel Helmträger. Die sinkende Zahl an Helmträgern in der Altersgruppe der über 12-Jährigen korreliert leider auch mit einer Zunahme schwerer Kopfverletzungen.

#### **Ältere Kinder/Jugendliche: Helm beim Schifahren cool, beim Radfahren uncool**

10–15-Jährige tragen beim Schifahren mit 95% beinahe doppelt so oft einen Helm wie beim Radfahren mit nur 50%, so das Ergebnis einer weiteren Studie von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE. Der wichtigste Grund dafür ist das Image. Beim Schifahren trägt man Helm, weil er das schifahrerische Können unterstreicht und somit cool ist. Jeder Zweite derselben Altersgruppe verweigert allerdings beim Radfahren den Helm – das Argument ist genau entgegengesetzt: „Ich bin ein guter Radfahrer und brauche deshalb keinen Helm. Den tragen nur Radfahranfänger.“

Till dazu: „Unsere Zahlen zeigen ganz deutlich, dass die gesetzliche Altersgrenze zu Beginn bzw. mitten in der Pubertät ein überdenkenswertes Signal für die Sicherheit unserer älteren Kinder und Jugendlichen ist. Eine Anhebung auf zumindest 15 Jahre, vergleichbar zum Schihelmgesetz, wäre absolut wünschenswert.“

Auf der Straße dürfen Kinder, sofern sie die Freiwillige Radfahrprüfung absolviert haben, ab 10 Jahren fahren, ansonsten erst ab 12 Jahren. Dabei ist die Selbsteinschätzung von Kindern, die die Fahrradprüfung absolviert haben, viel zu hoch. So können zwei von drei Kindern schon ein halbes Jahr nach der Prüfung die Rechtsregel nicht mehr richtig anwenden.

### **Die wichtigsten SicherheitsTIPPS für ungetrübte Radausfahrten mit Kindern**

- Immer und mit jedem Alter (Erwachsene haben hier eine wichtige Vorbildfunktion!) einen gut sitzenden Radhelm tragen! Ein guter Fahrradhelm muss
  - gut passen und darf nicht rutschen.
  - die Stirn, die Schläfen und den Hinterkopf schützen.
  - richtig aufgesetzt werden (Kinnriemen verläuft vor und hinter dem Ohr, Helm endet einen Daumen breit über den Augenbrauen, zwischen Kinnriemen und Kinn passt nur eine Daumenbreite).
  - nach einem Unfall/Sturz ausgetauscht werden. Unsichtbare Haarrisse können die Schutzwirkung des Helmes verringern.
- Die richtige Beherrschung des Fahrrades sollte mit dem Kind immer wieder geübt werden.
- Das Fahrrad sollte im Frühjahr einem Sicherheitscheck unterzogen werden.
- Das Radfahren auf Gehsteigen oder Gehwegen ist verboten. Gibt es einen Radweg oder einen Geh- und Radweg, muss dieser von Radfahrern auch benützt werden. Nebeneinanderfahren ist nur auf Radwegen, in Wohnstraßen und auf öffentlichen Straßen bei Trainingsfahrten mit Rennfahrrädern erlaubt.
- Die Geschwindigkeit dem persönlichen Fahrkönnen und den äußeren Bedingungen anpassen!
- Auf Stützräder und dreirädrige Laufräder möglichst verzichten, da diese ein falsches Gleichgewichtsgefühl vermitteln.
- Auch für im Fahrradanhänger mitgeführte Kinder besteht Helmpflicht. Gurte schützen das Kind bei einem Unfall. Man sollte darauf achten, dass Kinder nicht in die Fahrradspeichen greifen können und dass sie keine langen Schals tragen (Strangulationsgefahr!).

### **Veranstaltungstipp: Vortrag „Wer darf was – Rad und Recht“**

7. April 2017, 18.00 – 19.00 Uhr, Rathaus Lannach

Rund ums (sportliche) Radeln im Straßenverkehr & Sicherheit & Kinder & Radwegenetz Was dürfen Radsportler ALLER Kategorien laut Straßenverkehrsordnung? Diese und weitere wichtige Fragen im Zusammenhang mit „Radfahren, Straßenverkehr, Kinder, Sicherheit, Licht & Technik“, bis hin zur „aktuellen Radwegesituation“ werden im Rahmen eines Impulsvortrags erörtert und diskutiert. Ein MUSS für „jeden“ Radfahrer (E-Bike, Mountainbike, Rennrad,...) und jeden pflichtbewussten Elternteil, der mit seinem Kind + Rad auf der Straße unterwegs ist.

Nähere Informationen: <http://www.lannach.at/lannach-veranstaltungen.php>

*GROSSE SCHÜTZEN KLEINE, das Österreichische Komitee für Unfallverhütung im Kindesalter, ist eine Non-Profit Organisation, die eng mit den österreichischen kinderchirurgischen Kliniken und Kinderkliniken zusammenarbeitet. Die Arbeit von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE umfasst neben der Erhebung von typischen Unfallsituationen von Kindern und Jugendlichen vor allem Maßnahmen zur Verbesserung des Gefahrenbewusstseins durch Vorträge, Publikationen und Medienarbeit sowie die Entwicklung und Umsetzung von praktischen Projekten der Kinderunfallverhütung mit vielen Partnern.*

Rückfragen: Elisabeth Fanninger, BA • Presse- & Öffentlichkeitsarbeit  
0316 / 385 13764 • [elisabeth.fanninger@klinikum-graz.at](mailto:elisabeth.fanninger@klinikum-graz.at)