



Der Zivilschutzverband - Bezirksstelle Judenburg möchte Sie über folgendes Thema informieren (Ausgabe 22):

## **Ein Skihelm kann Leben retten!**

Jährlich tummeln sich fast zehn Millionen Schiläufer und Snowboarder auf Österreichs Pisten, rund 20 Prozent davon sind Kinder unter 15 Jahren. Doch leider geht nicht jede Talfahrt glücklich aus, sondern führt geradewegs ins Krankenhaus.

Besonders gefährlich sind Verletzungen am Kopf, wie Gehirnerschütterungen, Platzwunden und Gesichtsverletzungen oder leider auch tödliche Kopfverletzungen.

Die Gefahr jedoch lässt sich ganz einfach minimieren: Durch das Tragen eines Schihelm.





## Mit dem Helm sind tödliche Schädelverletzungen vermeidbar

Die Unfallchirurgen warnen bereits seit vielen Jahren vor einem Anstieg der Schädelverletzungen im Wintersport, vor allem auch beim Schifahren. **„Der Kopf sei gefährdet wie eine Eierschale! Wenn man eine empfindliche Fracht transportiert, würde man auch alles tun, um diese zu schützen“**, so Dr. Gäbler.

Auch wenn ein Helm nicht vor Stürzen schütze, die Unfallfolgen können jedoch drastisch gemildert werden. Viele Skiunfälle passieren ohne Einwirkung anderer Personen. „Viele fallen einfach um oder stürzen und prallen dann gegen eine harte Kante“, meint Dr. Gäbler, ein Helm könne da sehr viel Schutz bieten.





## Tipps zum Helmkauf:

- Möglichst zu Hartschalenhelmen aus stabilem Kunststoff greifen. Darauf achten, dass der Helm auch bequem zu tragen ist.
- Vor dem Kauf den Kopfumfang messen. Dazu muss das Messband über die Stirne und oberhalb der Ohren angelegt werden.
- Helme sollte man immer persönlich anprobieren.
- Bei Kindern besonders auf einen guten Sitz und Komfort achten. Ist der Helm unbequem, tragen ihn die Kleinen nicht.
- Den Helm beim Probieren richtig aufsetzen, den Kinnriemen festziehen und versuchen, diesen mit einer Rollbewegung nach vorne ausziehen. Er darf sich nicht abstreifen lassen.
- Das Fabrikationsdatum kontrollieren. Ein veraltetes Modell bietet eventuell nicht genügend Schutz.
- Zur Reinigung verdünnte Seifenlösungen benutzen – niemals Lösungsmittel. Diese können den Helm beschädigen und damit ist der Schutz ein trügerischer.





## Skihelmpflicht wird in mehreren Bundesländern geprüft

Nach mehreren schweren Unfällen in dieser Saison wollen bereits drei Bundesländer eine Helmpflicht auf den Skipisten einführen.

**Bei Unfällen ist jeder Wintersportler zur Hilfeleistung verpflichtet !! Das bedeutet:**

**Erste Hilfe**

**Alarmierung des Rettungsdienstes**

**Absichern der Unfallstelle**

**Beim Verletzten bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes verweilen**

**Rotes Kreuz 144 - Euronotruf 112**



**ÖSTERREICHISCHES  
ROTES KREUZ**

**NOTRUF  
144**

