

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 8 (2006)
Heft: 5

Artikel: Die neue Mütze ist der Helm
Autor: Aeberhard, Christin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991786>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die neue Mütze ist der Helm

Kopfverletzungen verhindern // Immer mehr Skifahrer/innen tragen einen Kopfschutz. Das freut nicht nur die Sportartikelbranche, sondern auch die Unfallversicherer und die Beratungsstelle für Unfallverhütung. 60 Prozent der Verletzungen im Kopfbereich lassen sich durch das Tragen eines Helmes vermeiden.

Christin Aeberhard

Wissenswert

Verhalten und Verhältnisse beeinflussen

■ Laut gesetzlichem Auftrags soll die private Stiftung bfu, die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung, dazu beitragen, die durch Freizeitunfälle entstehenden volkswirtschaftlichen Kosten zu senken. Die Anzahl und die Schwere der Unfälle im Strassenverkehr, beim Sport, im Haus und in der Freizeit sollen minimiert werden.

■ Die Unfallverhütung geschieht durch Verhältnisbeeinflussung und/oder Verhaltensbeeinflussung. Durch die Verhältnisbeeinflussung sollen Technik und Infrastruktur, Produkte des Alltags sowie Normen und Gesetze so gestaltet werden, dass die Sicherheit der Menschen erhöht wird. Die bfu kontrolliert zum Beispiel, ob alle Skihelme, die in der Schweiz verkauft werden, die nötigen Sicherheitsstandards erfüllen. Die bfu hat aber keine Weisungsbefugnis; sie kann keine Vorschriften oder Gesetze erlassen. Sie nimmt meist indirekt Einfluss, indem sie die Entscheidungsträger informiert und berät. Sie schult auch Systemplaner und kann so die Sicherheitsstandards von Bauten und Produkten beeinflussen.

Das menschliche Verhalten versucht die bfu über erzieherische Mittel wie Information, Ausbildung und Öffentlichkeitsarbeit zu steuern. Mit der Kampagne «Enjoy sport – protect yourself» will die bfu die Sportler unter anderem davon überzeugen, auf der Skipiste einen Schneesporthelm zu tragen. Siehe www.enjoysport.ch.

■ Neben Beratung, Ausbildung und Öffentlichkeitsarbeit bildet die Forschung die vierte Kernkompetenz der bfu. Studien liefern Informationen zum Unfallgeschehen, zu Risikoschwerpunkten und der Wirkung von getroffenen Massnahmen. Wissenschaftlich fundierte Informationen bilden die Grundlage, um Entscheidungsträgern aufzuzeigen, wo Handlungsbedarf besteht. //

► Im Herbst 2003 hat die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) die Präventionskampagne «Enjoy sport – protect yourself» lanciert. Diese soll die Sportlerinnen und Sportler dazu motivieren, im Schneesport, auf dem Rad und auf den Inlineskates die erforderliche Schutzausrüstung zu tragen, um Verletzungen bei Unfällen zu verhindern oder wenigstens deren Ausmass zu mindern. Zentraler Bestandteil der Schutzausrüstung ist der Helm. In Rahmen dieser Kampagne wurde die Studie über die «Auswirkungen des Tragens des Schneesporthelmes auf das Unfallgeschehen» durchgeführt. Es wurde hochgerechnet, wie viele Kopfverletzungen sich durch das Tragen des Schneesporthelmes alleine bei den Skifahrer/innen vermeiden lassen und wie hoch der volkswirtschaftliche Nutzen ist.

Rund 1000 Kopfverletzungen weniger

Von den jährlich 2,15 Millionen Skifahrern verletzen sich rund 45 000 so schwer, dass sie sich ärztlich behandeln lassen müssen. Mindestens 15 Prozent der verletzten Schneesporthler/innen erleiden eine



Kopf- oder Halsverletzung, wenn sie beim Unfall keinen Helm getragen haben. Knapp 60 Prozent dieser Verletzungen könnten durch das Tragen eines Helms vermieden werden.

Die Anzahl der Helmträger auf Schweizer Skipisten hat sich innerhalb zweier Jahre mehr als verdoppelt. In der Saison 2004/05 fuhren rund 28 Prozent der Skifahrerinnen und Skifahrer mit einem Schneesporthelm. Die Helmtragequote ist in allen Altersklassen, bei Frauen und Männern, sowie auf allen Fahrniveaus in ähnlichem Masse gestiegen. Aus all den Zahlen wurde errechnet, dass in der Wintersaison 04/05 dank der getragenen Schneesporthelme rund 1000 Kopfverletzungen bei Sportlerinnen und Sportlern auf zwei Brettern verhindert werden konnten.

Ein Franken mit doppelter Wirkung

Die bfu ist eine private Stiftung mit gesetzlichem Auftrag. Ihre Aufgabe besteht unter anderem darin, die Unfallkosten der Schweizer Bevölkerung möglichst tief zu halten (siehe auch «Wissenswertes»). Ob eine Kampagne erfolgreich war, wird auch dadurch bestimmt, ob durch die propagierten Sicherheitsmassnahmen mehr Kosten eingespart werden, als für die Kampagne ausgegeben wird. Im Bereich Schneesport kann die bfu eine positive Bilanz ziehen: Jeder in die Prävention investierte Franken hat einen volkswirtschaftlichen Nutzen von mehr als zwei Franken. Das heisst, durch die gesteigerte Helmtragequote konnten mehr Unfall- und Folgekosten eingespart werden, als Gelder für Präventionskampagne und Helmkäufe aufgewendet worden sind. //

Literatur:

Brügger, O. (2006). Auswirkungen des Tragens des Schneesporthelms auf das Unfallgeschehen. Kopfverletzungen, Helmtragequote und Unfallkosten. Bern: Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu. Die Studie kann unter <http://shop.bfu.ch/> kostenlos bezogen werden.

Positive Bilanz: Die Anzahl der Helmträger auf Schweizer Skipisten hat sich innerhalb zweier Jahre mehr als verdoppelt.

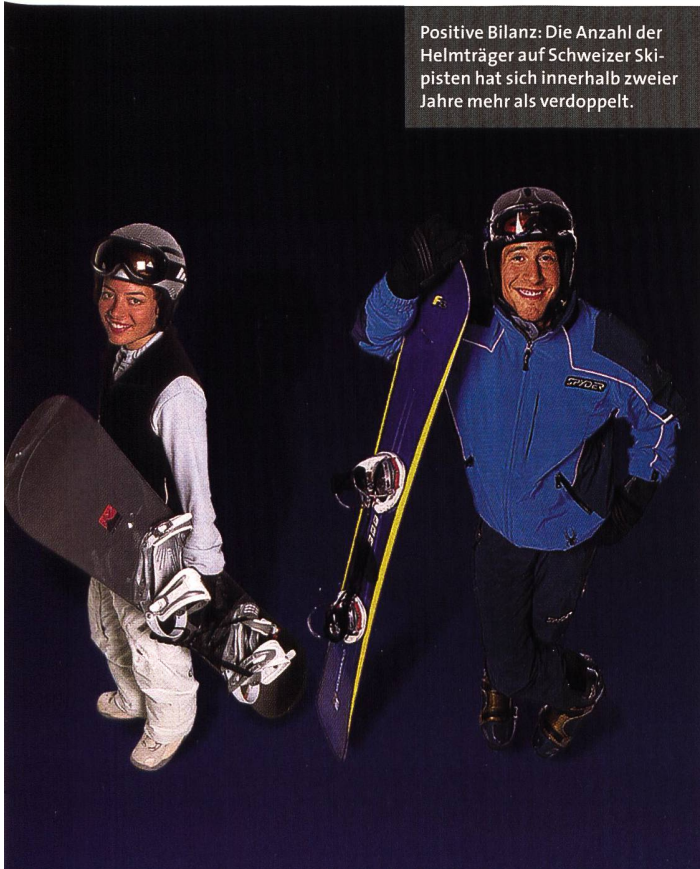


Photo: fruitcake

Nachgefragt

Kein Freibillet für Raser

► **«mobile»:** Die Helmtragequote im Schneesport konnte innerhalb zweier Jahre verdoppelt werden – ein befriedigendes Resultat? **Othmar Brügger:** Wir sind natürlich sehr zufrieden mit dieser Tendenz und wurden in unseren Anstrengungen bestätigt. Mit dem Betrag, welcher von der bfu in den letzten drei Jahren investiert wurde, kann man eigentlich keine so hohen Effekte erwarten.

Wie erklären Sie sich dann diesen markanten Anstieg? Da spielen viele Faktoren zusammen. Warum die Helmtragequote so stark zugenommen hat, wird man nie genau wissen. Aber die Kampagne von der bfu hat den Trend sicher unterstützt.

Können Sie konkrete Faktoren nennen? Zum einen steigt das Sicherheitsbedürfnis im Schneesport. Die Menschen haben das Gefühl, es werde auf den Pisten gerast, es sei gefährlich, und darum müsse man sich schützen. Der Helm ist das zentrale Element, um sich zu schützen; Verletzungen am Kopf sind im Gegensatz zu Arm- und Beinbrüchen häufig irreversibel.

Und weiter? Es gibt heute keinen Grund mehr, auf der Piste keinen Helm zu tragen. Wenn die Skifahrer diesen einmal aufhaben, dann merken sie: Dieser Helm ist bequem, er sitzt, die Brille hält, der Kopf bleibt warm, und man hört genauso gut wie ohne Helm. Sie sind heute auch modisches Accessoire. Zudem geht unter der Mütze die Frisur der Damen ebenfalls kaputt, da können sie auch einen Helm aufsetzen.

Der Helm ist also ein «In-Faktor»? Klar, dies ist sicher ein wichtiger Punkt. Die anderen tragen Helme, die Vorbilder im Fernsehen tragen Helme. Um den Kindern ein Vorbild zu sein, will man als Erwachsener auch einen Helm tragen.

Sie sind von der Wirksamkeit des Schneesporthelms überzeugt. Glauben Sie nicht, dass die Schneesportler mit Helm ein höheres Risiko eingehen und dadurch ebenso viele Verletzungen auftreten – vielleicht nicht im Bereich des Kopfes – aber anderswo. Ja, ich bin von der Wirkung des Helmes überzeugt. Der Helm schützt nur den Kopf, der ganze Rest des Körpers bleibt verletzlich. Studien zeigen, dass Helmtragende ihr Fahrverhalten nicht verändern; also auf der Skipiste kein höheres Risiko eingehen. //

► **Othmar Brügger** ist wissenschaftlicher Mitarbeiter der Abteilung «Forschung» bei der bfu. Kontakt: o.bruegger@bfu.ch