

SCHLITTELN

Ein Helm für alle Fälle

Wer schlittelt, sollte seinen Kopf schützen: Ein Unfall wirkt wie ein Sturz aus mehreren Metern Höhe, sagt Experte David Kerschbaumer. **Interview: Kathrin Fink**

Der Helm ist auf Schweizer Pisten heute der Normalfall. 75 Prozent der Ski- und 79 Prozent der Snowboardfahrer tragen einen. Doch wie sieht es beim vermeintlich harmlosen Freizeitspass Schlitteln aus?

Beobachter: Wäre es vom Tempo her angemessen, beim Schlitteln einen Helm zu tragen?

David Kerschbaumer: Auf jeden Fall. Auf einer normalen Schlittelpiste kann man zwischen 20 und 30 Kilometer pro Stunde erreichen. Auf sehr steilen Bahnen sogar bis Tempo 50. Wenn man da einen Unfall baut, ist das, wie wenn man aus knapp

zehn Metern Höhe auf einen Betonboden knallt.

Passieren denn viele Unfälle?

10 000 pro Jahr. Es kommt vor allem zu Fuss- und Beinverletzungen. Aber auch Arme und Rumpf sind betroffen. Über die Schwere der Verletzungen liegen uns keine Daten vor.

Reicht der Schutz durch einen Helm?

Nein. Erstens sollte man einen Helm tragen. Zweitens muss man Schuhe mit einer guten Sohle anziehen, damit man auch richtig bremsen kann. Drittens ist eine Skibrille für



Tempo bolzen: Mit der richtigen Ausrüstung machts mehr Spass.

klare Sicht und als Augenschutz nötig. Selbstverständlich sollte Winterbekleidung sein – Jeans und Turnschuhe gehören nicht auf die Schlittelbahn. Bei vielen Bahnen ist es zudem möglich, spezielle Bremssohlen für die Schuhe zu mieten.

Wieso werden die Gefahren beim Schlitteln so unterschätzt?

Weil man es von jeher kennt. Jeder ist als Kind schon Schlitten gefahren. Es fehlt etwas das Bewusstsein, dass Schlitteln auch gefährlich werden kann. Und das vergrößert wiederum

die Gefahr, da viele auf der Schlittelbahn nicht auf andere achten und so Kollisionen verursachen.

Wäre eine Helmpflicht in allen Wintersportarten sinnvoll?

Aus unserer Sicht ist das nicht durchsetzbar. Für ein Helmpflichtmuss müssten Mittel zur ständigen Kontrolle zur Verfügung stehen. Die haben wir auf europäischen Pisten nicht. ■

David Kerschbaumer ist Berater Sport bei der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU).

Die Basis der meisten Reiniger: Erdöl.



LISAS REISE

Achtung, Geisterfahrerin!

Man hats ja in der Schweiz leicht, irgendwohin zu kommen. Man nimmt einfach Zug, Bus oder Tram. Hier in Salisbury dagegen muss ich immer zweimal überlegen. Der hiesige öffentliche Verkehr würde jeden Schweizer auf die Palme bringen, da die Busse selten und unregelmässig fahren – und die Busfahrer unfreundlicher nicht sein könnten.

So habe ich zum Beispiel einmal 45 Minuten auf einen Bus gewartet, nur um dann nicht eingelassen zu werden, weil der Fahrer keine passenden Münzen fürs Rückgeld hatte. Oder ganz am Anfang meines Aufenthalts, als ich schüchtern wie ein kleines Reh nach einem Busticket in die nächstliegende Stadt fragte, der Busfahrer mich genauestens musterte und dann einfach draufloslachte: toller Kundenservice. Wenn man Engländer, die schon mal in der Schweiz waren, auf so etwas anspricht, bekommt man immer denselben Kommentar zu hören:

«In der Schweiz war es mir zu organisiert, zu unspontan, zu exakt.»

Das schöne Häuschen mit Garten, in dem ich hier wohne, hat einen hässlichen Nachteil: Man muss immer zuerst hin- und irgendwie wieder wegkommen. Um in die Stadt, in die Schule und eigentlich überallhin zu gelangen, muss ich Velo fahren oder zu Fuss gehen. Die sportliche Ertüchtigung könnte man ja als Vorteil sehen. Aber beim Velofahren riskiere ich wegen des Linksverkehrs ab und zu, als Geisterfahrerin totgefahren zu werden.

20 Meter Schulweg mit dem Auto

Hier in England geben die Eltern ihren Kindern ständig sogenannte «lifts», also Autofahrten zu oder von einem Ort. Definitiv gemütlich, aber auch, meiner Meinung nach, ungesund: Viele Schüler werden von ihren Eltern für ungefähr 20 Meter Schulweg mit dem Auto gebracht. Und wenn die Kinder dann mal



Biken im Linksverkehr: Lisa lebt gefährlich.

17 sind, fahren sie natürlich selber, und dann wirds für mich ungesund: In ihren kleinen roten oder gelben Autos mit laut aufgedrehter Musik nieten sie mich auf meinem Velo regelmässig fast um.

Beobachter Serie**Lisas Reise, Teil 9**

Die Gymnastin Lisa Dörner, 16, berichtet über ihre Erlebnisse während ihres Austauschjahres im südenglischen Salisbury.



Die Basis von Terra: pflanzliche Rohstoffe.

