

Name

Datum

Aufgaben:

1. Lies den Text genau.
2. Beantworte die anschließenden Fragen.

Fahrradhelm: Helm auf und keine Diskussion mehr!

Wer ohne Helm Rad fährt, lebt gefährlich, sagen die einen. Klar, denn mit Kopfschutz verringert sich das Risiko für schwere Verletzungen. Mag sein, sagen die anderen, die auf den Helm verzichten. Aber ist es statistisch nicht extrem unwahrscheinlich, genau die Art Unfall zu bauen, bei dem das Ding Schlimmeres verhindert? So gesehen lohne sich das Geld für den Helm nicht. Zudem müsse man ihn ständig mit sich herumschleppen und die Frisur zerstöre der noch dazu hässliche Kunststoffdeckel auch.

„Es ist unstrittig, dass der richtige Fahrradhelm Kopfverletzungen verhindern kann“, sagt Christopher Spering von der Universitätsklinik Göttingen. Der Mediziner leitet das will Menschen davon überzeugen, einen Helm zu tragen. Schon oft hat er gesehen, welche Folgen ein fehlender Kopfschutz haben kann. Da ist zum Beispiel die Geschichte der Frau, die mit ihrem fünfjährigen Sohn unterwegs war. Der Junge kam ins Straucheln, fuhr ins Rad der Mutter, beide stürzten. Weil das Kind einen Helm trug, blieb es unverletzt. Die Mutter aber erlitt so starke Verletzungen an Kopf und Hirn, dass sie wohl nie wieder auf ein Fahrrad steigen kann. Auch um ihren Sohn kann sie sich allein nicht mehr kümmern. Ein Helm hätte das verhindern können.

Vier von fünf Kopfverletzungen wären mit Helm nicht passiert

So sehen das auch Sperings Kollegen von der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie. Die Position der Gesellschaft ist klar: Wer einen Fahrradhelm trägt, lebt sicherer. Das bestätigt auch eine aktuelle Untersuchung. Darin analysierten Mediziner über mehrere Jahre hinweg die Verletzungen von insgesamt 2.817 schwer verletzten Fahrradfahrern. Das Ergebnis: Die meist betroffenen Körperregion unter den Verunglückten war der Kopf mit **71,9 Prozent**. Mit Helm wären viele glimpflicher davongekommen.

Ein Fahrradhelm reduziert die Energie, die bei einem Aufprall auf den Kopf wirkt, so werden Kopfverletzungen verhindert oder abgemildert. Der richtige Helm wirkt wie ein Puffer.

Ein Fahrradhelm kann bis zu 80 Prozent der Kopfverletzungen unter Schwerverletzten verhindern und 20 Prozent derer unter Leichtverletzten. Das belegt ein Gutachten, das das Baden-Württembergische Ministerium für Verkehr in Auftrag gegeben hat. Daten aus verschiedenen Ländern und Studien, zeigten auch hier: Unter 14.230 schwer verletzten Radfahrern im Jahr 2015 erlitten die meisten (70 Prozent) Schäden am Kopf. **Vier von fünf** davon hätten durch einen Helm verhindert werden können. Das wären jährlich bis zu 8.000 Verletzungen an Schädel und Hirn weniger, nur durch den Helm.

Das gilt übrigens für Kinder ebenso wie für Erwachsene: „Aus medizinischer Sicht macht es keinen Sinn, dem Kind im Fahrradsitz einen Helm aufzusetzen, selbst aber darauf zu verzichten“, sagt der Unfallchirurg Spering. Manche meinen, dass Helme für den Nachwuchs wichtiger seien. Dabei sind Kinderköpfe nicht grundsätzlich empfindlicher als Erwachsenenköpfe. Was hingegen stimmt: Wenn sich Kinder verletzen, kann ein Schädel-Hirn-Trauma gravierende Folgen auf ihre Entwicklung haben.

„Erwachsene sollten Vorbilder für ihre Kinder sein“, sagt Spering. Doch der Helm ist vielen zu unbequem und unpraktisch.

Ist es denn wirklich so schlimm, das Ding aufzusetzen? Leben an sich ist schon riskant genug. Und viele Gefahren lassen sich nicht so einfach abwehren wie Schädel-Hirn-Traumata durch das simple Tragen eines Helms.

Quelle: verändert nach „Zeit online“ 12. August 2017

Aufgaben:

Unter 14.230 schwer verletzten Radfahrern im Jahr 2015 erlitten die meisten (70 Prozent) Schäden am Kopf.

1. Wieviele davon hätten durch einen Helm verhindert werden können?

2. Warum sollten auch Erwachsene einen Helm tragen?

3. Wie wirkt ein Helm?