

K Ski- und Snowboard-Helme für Kinder

Kinder haben ein höheres Verletzungsrisiko auf den Pisten und erleiden häufiger Kopfverletzungen als Erwachsene. Sie sollten deshalb nie ohne Helm auf die Piste. Das gilt auch beim Schlitteln.

Wichtig ist:

- Kaufen Sie nur einen Helm mit der Normbezeichnung EN 1077 A oder B. Das Produkt muss mit einer entsprechenden Etikette gekennzeichnet sein.
- Achten Sie beim Kauf darauf, dass der Helm auch mit Sonnen- oder Schneesportbrille optimal sitzt: Er darf keine Druckstellen aufweisen oder kratzen. Das Kind sollte den Helm beim Kauf selber anprobieren: Helm aufsetzen, Kinnband offen lassen, beim Hin- und Herschütteln des Kopfes darf der Helm nicht wackeln.
- Der Kinnriemen muss relativ satt anliegen. Zwischen Kinn und Helmriemen dürfen maximal ein bis zwei Finger Platz haben.
- Empfehlenswert sind Helme mit einem Reguliermechanismus (z.B. Nackenrad, Pneumatik), diese können gut an die Kopfgrösse angepasst werden. Überprüfen Sie den Sitz des Helmes regelmässig.
- Der Helm sollte dem Kind generell gefallen. Sonst trägt das Kind den Helm nur ungern oder gar nicht. Wenn das Kind einen Helm von einem älteren Geschwister erbt, sollte dieser auch richtig passen. Sonst lieber einen neuen Helm kaufen.
- Gegen Kälte ziehen Sie ihrem Kind eine Helmmütze unter dem Helm an. Zu dicke Mützen sollten unter einem Schneesporthelm nicht getragen werden. Sie verhindern, dass der Helm richtig sitzt. Locker sitzende Helme können bei einem Sturz vom Kopf fallen.
- Ersetzen Sie den Helm, wenn er einen starken Schlag erlitten hat oder spätestens nach fünf Jahren. Das Herstellungsdatum ist im Inneren des Helmes vermerkt.

Quelle: Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu