

Quelle: oeamtc.at

Adresse: <https://www.oeamtc.at/presse/oeamtc-empfiehl-beim-radhelm-auf-korrekten-sitz-zu-achten-58712554>

Datum: 29.04.2025 (Da es immer wieder Änderungen gibt, bitte für aktuelle Infos die Website besuchen.)

ÖAMTC empfiehlt, beim Radhelm auf korrekten Sitz zu achten

Helme gemeinsam mit Kindern im Fachhandel ausprobieren

Ganz gleich ob für den Weg in die Schule oder in der Freizeit – das Fahrrad ist für viele Kinder das Fortbewegungsmittel der Wahl. Doch wenn Kinder im Straßenverkehr aufs Rad steigen oder als Passagiere transportiert werden, sollten sie einen passenden Helm tragen, um bei einem Sturz oder Unfall optimal geschützt zu sein. „Auch wenn ein Helm Stürze nicht verhindern kann, so kann er zumindest deren Folgen deutlich mildern“, weiß Ellen Dehnert, Leiterin der ÖAMTC-Mobilitätsprogramme. „Doch nicht jeder Helm bietet denselben Schutz und nicht jeder Helm ist für jedes Kind geeignet.“ Die Expertin des Mobilitätsclubs hat daher einige Tipps zusammengestellt, auf die Eltern beim Kauf von Fahrradhelmen für ihre Kinder achten sollten.

* Der Helm sollte perfekt auf den Kopf des Kindes passen und nicht wackeln oder drücken. Ein zu großer Helm kann bei einem Sturz verrutschen und bietet dann keinen ausreichenden Schutz. Zudem sollte er über einen verstellbaren Riemen unter dem Kinn verfügen, der ihn sicher auf dem Kopf hält.

* Das Gewicht des Helms sollte möglichst gering sein, damit das Kind ihn problemlos tragen kann und er sollte über Lüftungsschlitze verfügen, um eine Überhitzung zu vermeiden.

* Die Helmschale sollte ausreichend stabil sein und einen Schutz für Stirn, Schläfen und Hinterkopf bieten. Ohren und Gesicht müssen jedoch frei bleiben, damit die Sicht und die akustische Wahrnehmung nicht beeinträchtigt werden.

* Helmschlösser sollten durch Laschen abgedeckt oder so gestaltet sein, dass die Haut beim Schließen nicht gezwickt wird.

* Auf das Prüfzeichen EN1078 achten, das garantiert ein gewisses Sicherheitsniveau.

"Der beste Helm ist immer der, den das Kind gerne aufsetzt und der richtig passt“, weiß die ÖAMTC-Expertin. „Deshalb sollte man sich gemeinsam mit dem Nachwuchs ausreichend Zeit für den Einkauf nehmen.“ Helme in hellen Farben und auffälligem Design helfen zudem anderen Verkehrsteilnehmer:innen dabei, Rad fahrende Kinder besser zu erkennen. Auch Reflektoren sorgen für mehr Sicherheit. Hat ein Fahrradhelm bei einem Sturz seinen Dienst getan, muss er jedenfalls ersetzt werden. Auch wenn äußerlich keine Schäden zu sehen sind, können feine Haarrisse vorhanden sein, sodass beim nächsten Sturz kein ausreichender Schutz mehr gewährleistet ist. Daher rät Dehnert auch davon ab, gebrauchte Helme zu kaufen. Weiters ist ein Neukauf nach spätestens fünf Jahren empfehlenswert.

Helmtragepflicht bis 12 Jahre, auch als Mitfahrer:innen

In Österreich besteht eine Helmtragepflicht für Kinder unter 12 Jahren – auch als Mitfahrer:in. Um der Helmtragepflicht für Kinder zu genügen, kommen hier leider häufig schlechtsitzende oder eher einem Spielzeug gleichende Modelle zum Einsatz. Auch oder gerade bei Kindern sollte man aber nicht an der Sicherheit sparen. "Der beste und coolste Helm nützt nichts, wenn er nicht getragen wird", erinnert die Leiterin der ÖAMTC-Mobilitätsprogramme.

Ein umfassendes Fahrrad-Zubehörsortiment sowie den kostenlosen ÖAMTC-Radgeber mit Informationen und Tipps rund ums Radfahren gibt es an allen ÖAMTC-Stützpunkten. Alle Infos findet man online unter www.oeamtc.at/fahrrad bzw. unter www.oeamtc.at/tests/fahrradhelmtest/kinderfahrradhelmtest-2022/.