

INFORMIEREN. AGIEREN. VORBEUGEN.



[Positive Online-Inhalte für Kinder >](#)
[< Wölfe und Bären in Deutschland](#)

Ja zum Fahrradhelm, nein zur Helmpflicht

Ein Kopfschutz kann Verletzungen verhindern



Ein Helm ist nach wie vor ein wichtiger Schutz

© ADFC/Jens Lehmkuhler

Seit dem BGH-Urteil vom Juni 2014 gibt es keine Zweifel mehr: Einem Radfahrer ohne Helm kann nicht automatisch eine Mitschuld an den Folgen eines Unfalls angelastet werden. Trotzdem empfiehlt der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) Kindern, älteren Menschen und besonders ambitionierten Fahrern, beim Radeln einen Helm zu tragen. Die Entscheidung für oder gegen einen Kopfschutz sollte jedoch auf freiwilliger Basis erfolgen.

Keine allgemeine Helmpflicht

Auch wer ohne Helm auf dem Rad unterwegs ist, hat vollen Anspruch auf Schadensersatz bei unverschuldeten Unfällen. Das hat der Bundesgerichtshof (BGH) im Juni 2014 beschlossen und mit seiner **Entscheidung** ein Urteil des Oberlandesgerichts Schleswig von Juni 2013 aufgehoben. Dieses hatte einer verunglückten Radfahrerin 20 Prozent Mitschuld an den Folgen eines Unfalls gegeben, weil sie keinen Helm trug. Und das, obwohl die Autofahrerin den Unfall allein verschuldet hatte. „Wenn ein Radfahrer vollkommen unverschuldet **Opfer** eines Verkehrsunfalles wird, darf ihm niemand seine berechtigten Schadensersatzansprüche streitig machen – egal, ob mit oder ohne Helm gefahren wurde. Die **Richter** haben zu Recht betont, dass ein Helm zwar den Schaden hätte verringern können – aber auch, dass es weder eine allgemeine **Helmpflicht** noch ein entsprechendes allgemeines Verkehrsbewusstsein gibt, das eine Mitschuld begründen könnte“, erläutert Ulrich Syberg, Bundesvorsitzender des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC).

ADFC spricht sich gegen Helmpflicht aus

Dabei weist der ADFC Forderungen nach einer allgemeinen **Helmpflicht** ausdrücklich zurück. Eine solche Pflicht halte man für unverhältnismäßig. Helme sollten immer freiwillig getragen werden. „Denn Radfahren ist keine Risikosportart, sondern gesunde Bewegung im Alltag. Hausputz und Gartenarbeit sind statistisch gesehen deutlich riskantere Tätigkeiten – und hier käme niemand auf die Idee, Schutzmaßnahmen gesetzlich vorzuschreiben.“ Außerdem seien sich Experten und die Bundesregierung seit langem einig, dass eine **Helmpflicht** weder durchzusetzen noch zu kontrollieren sei. Sie würde aber die Fahrradnutzung drastisch senken und damit den Autoverkehr zunehmen lassen, was weder umwelt- noch gesundheitspolitisch zu verantworten sei. „Selbstverständlich spricht nichts dagegen, wenn sich Radfahrer individuell mit einem Helm schützen. Ich empfehle Kindern, älteren Menschen und besonders ambitionierten Fahrern das Tragen eines Helmes“, so der Verkehrsexperte. Dabei sei jedoch zu beachten, dass ein Helm nicht zwangsläufig vor schweren Kopfverletzungen schützt. „Helme sind gebaut, um Stürze aus 1,50 Meter Höhe abzdämpfen. Für Kollisionen mit Autos und für hohe Geschwindigkeiten sind sie nicht konstruiert. Ein Kopfschutz kann im Einzelfall Verletzungen verhindern oder abmildern. Er verhindert aber keine Unfälle und ist keine Versicherung gegen schwere Schädel-Hirn-Traumata“, betont er.

Intelligente Radwegekonzepte und aufmerksamere Autofahrer

Um die Sicherheit von Radfahrern zu verbessern, seien in erster Linie intelligente Radwegekonzepte, geringere Geschwindigkeiten beim Autoverkehr und vor allem aufmerksame Autofahrer notwendig: „Schwere Fahrradunfälle passieren häufig, wenn Autofahrer unaufmerksam rechts abbiegen oder plötzlich die Autotür öffnen.“ Auch der Unfall, über den der BGH 2014 in letzter Instanz entschied, war durch eine am Straßenrand parkende Autofahrerin verursacht worden, die eine Autotür öffnete. Natürlich müssten auch die Radfahrer zu ihrer eigenen Sicherheit beitragen. So sei die falsche Benutzung der Fahrbahn ebenso wie Fahren auf dem Gehweg oder die Benutzung des Radwegs entgegen der vorgeschriebenen Richtung die häufigste Unfallursache. Die **Zahl der verunglückten Fahrradfahrer** stieg im Jahr 2016 laut Statistischem Bundesamt im Vergleich zum Vorjahr leicht an. Insgesamt verunglückten 81.274 Radfahrer, davon 393 tödlich. Der leichte Anstieg der Unfallzahlen ist auch auf einen erhöhten Anteil an elektrobetriebenen Fahrrädern zurückzuführen. So waren 62 von den tödlich verunglückten Radfahrern mit einem Pedelec unterwegs. Bei knapp drei Viertel der Fälle war ein PKW der Unfallverursacher. Bei 8,7 Prozent war ein weiterer Radfahrer und bei 6,4 Prozent ein weiterer Fußgänger der Unfallgegner. Der ADFC appelliert an alle Verkehrsteilnehmer: Defensives und aufmerksames Verhalten im Straßenverkehr bringt mehr Sicherheit und schont die Nerven.



Ulrich Syberg, Bundesvorsitzender des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC)

© ADFC



Eine der größten Unfallgefahren für Fahrradfahrer sind sich öffnende Autotüren






© ADFC/Jens Schütte

Tipps beim Helmkauf

- ▶ Wer einen Helm kauft, sollte ihn unbedingt vorher im Geschäft ausprobieren. Er muss fest auf dem Kopf sitzen, ohne dass er drückt oder bei schnellen Kopfbewegungen verrutscht.
- ▶ Der Helm sitzt richtig, wenn zwischen Augenbrauen und Helmkante etwa ein bis zwei Finger breit Platz bleibt.
- ▶ Viele Radfahrer schieben den Helm zu weit zurück – dann ist der Stirnbereich nicht geschützt. Zudem kann der Helm bei einem Aufprall in den Nacken rutschen. Das kann zu Verletzungen führen.
- ▶ Nach etwa vier Jahren ist ein Tausch fällig, weil das Material altert und die Schutzwirkung sinkt. Das Herstellungsdatum ist im Helminneren zu finden.
- ▶ Bei Kindern, die noch im Wachstum sind, muss ein Helm meist schon früher getauscht werden. Man sollte sie beim Kauf mitentscheiden lassen, denn nur wenn der Helm gefällt, wird er auch getragen.

FL (29.09.2017)

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

-  [Alle Fahrraddaten stets mobil dabei](#)
-  [Jugendliche von Fahrradhelmen überzeugen](#)
-  [Sicher unterwegs auf der Skipiste](#)
-  [Vorsicht vor Fahrrad-Rowdys!](#)
-  [Pedelecs: Ein neues Fahrgefühl](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

Weitere Infos für Eltern



Es ist wichtig, mit jemandem darüber zu sprechen!

Was kann ich gegen Cybermobbing tun?

Jan ist 13 Jahre alt und geht in die siebte Klasse. Seit einigen...[\[mehr erfahren\]](#)



Präventionstheater gegen sexuelle Übergriffe

Von Nein-Sagen und Ja-Gefühlen

Klar und deutlich „Nein!“ sagen, das fällt selbst gestandenen...[\[mehr erfahren\]](#)



Teures Flirten

Romance Scamming - der Liebesbetrug

Sie schien gefunden, die große Liebe: im [Internet](#), bei einer...[\[mehr erfahren\]](#)



Kriminalprävention für die Kleinsten

Die „Kindergarten-Cops“ aus Schwerin

Seit dem Jahr 2004 gibt es in Schwerin die „Kindergarten-Cops“, ein...[\[mehr erfahren\]](#)



Medienkompetenz für Eltern

Spiele muss man spielen, um sie zu verstehen

Jürgen Slegers arbeitet am Institut „Spielraum“ der Fachhochschule...[\[mehr erfahren\]](#)

© Verlag Deutsche Polizeiliteratur

Cookie Einstellungen

- Statistiken
- Essentiell

Wir nutzen Cookies auf unserer Website, die in unserer [Datenschutzerklärung](#) beschrieben sind. Wir verwenden anonyme Statistiken, um unsere Website zu verbessern. Bitte unterstützen Sie unsere wichtige Präventionsarbeit und akzeptieren Sie alle Cookies. Vielen Dank!

Nur essentielle Cookies akzeptieren [Alle akzeptieren](#)