

Trüge sie selbst auch einen Helm, wäre diese Mutter ein echtes Vorbild.

©Brandeleit/shutterstock



## Schützen Skihelme wirklich vor Kopfverletzungen?

Skifahrern und Snowboardern wird dringend geraten, bei der Ausübung ihres Sports Helme zu tragen. Ob die Helme aber tatsächlich vor gravierenden Verletzungen schützen, war bisher nicht eindeutig erwiesen. Kritiker der Helme befürchten, dass diese zwar den Kopf schützen, dafür aber eine Zunahme von Nackenverletzungen bewirken könnten.

— Kopfverletzungen machen bis zu 19% aller Verletzungen, die sich Skifahrer oder Snowboarder beim Zusammenstoßen oder Stürzen zuziehen, aus. 4% betreffen den Nacken. Die meisten tödlichen Unfälle sind auf Kopfverletzungen zurückzuführen.

Forscher des kanadischen Alberta Children's Hospitals analysierten jetzt zwölf in Europa, Asien und Nordamerika durchgeführte Studien, die den Nutzen der Skihelme beleuchten sollten.

Demnach reduzieren Helme das Risiko von Kopfverletzungen durchschnittlich um 35%. Die Befürchtung, dass die Helme zu mehr Nackenverletzungen führen würden, bestätigte sich nicht. Allerdings ist nicht auszuschließen, dass Helme zu einem riskanteren Fahrstil verleiten und dadurch die Unfallgefahr etwas ansteigt.

### Kommentar

*Dennoch: Die Autoren empfehlen dringend das Tragen von Skihelmen. Die Studie erlaubte allerdings keine Aussage über die beste Passform und die Qualität der Helme. Die Studienleiter schätzen, dass eine generelle Helmpflicht bis zu 50% aller Verletzungen im Kopfbereich verhindern könnte.*

K. MALBERG ■

### ■ K. Russel, et al.

(The Department of Community Health Sciences, Faculty of Medicine, University of Calgary, Calgary, Alta., Canada ) The effect of helmets on the risk of head and neck injuries among skiers and snowboarders: a meta-analysis. Canad. Med. Assoc. J. 2010;doi:10.1503/cmaj.091080

ACHTUNG:  
Hier muss der Dummy durch eine Anzeige ersetzt werden !!