

Fahrradhelm

Beitrag von „Palmusi“ vom 10. Oktober 2018 12:12

Liebe Forianer 😊

Ich bin derzeit auf der Suche nach einem guten, robusten Fahrradhelm. Da ich jeden Tag fast über eine Stunde von meinem Zuhause in die Schule fahren muss und in Berlin die öffentlichen Verkehrsmittel so oft wie es geht ausfallen (vor allem jetzt wo der Herbst anfängt) erschien mir das Fahrrad als eine gute Lösung.

Allerdings habe ich keine Ahnung, welcher gut ist und welcher schlecht.

Ich habe hier : [Edit vom Mod: Link entfernt, kann ja jeder selbst nach Stiftung Warentest googeln. \[Anzeige\]](#) schon einmal die Testsieger von 2018 herausgesucht, aber wollte nochmal schauen, ob es hier unter euch vielleicht einen Experten gibt, welcher mir einen guten Tipp geben kann.

Vielen dank im Voraus. Schöne Restwoche

Beitrag von „Kiggie“ vom 10. Oktober 2018 12:34

Geh ins Geschäft und probier verschiedene Helme an! Nur da kannst du rausfinden, ob er bei dir drückt oder nicht.

Solange er geprüft ist, machst du nicht viel verkehrt, erst Recht nicht, wenn du nicht gerade sportlich unterwegs bist (MTB Downhill, Rennrad über 50 kmh).

Beitrag von „FrauZipp“ vom 10. Oktober 2018 12:45

Ich habe den Testsieger von Stiftung Warentest und bin sehr zufrieden damit. Ich finde ich ihn bequem und er passt gut.

Beitrag von „O. Meier“ vom 10. Oktober 2018 21:44

Ein *guter* Helm wäre einer, der einen *nachgewiesenen* Nutzen hat. Einen solchen aber gibt's nicht.

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 10. Oktober 2018 22:14

Falsch.

Aber eigentlich will ich mich auf das Thema gar nicht mehr einlassen.

Wer keinen Helm tragen will, weil er sagt, er hat keinen Nutzen, trägt halt keinen. Schon okay.

Er sollte nur nicht versuchen, anderen Leuten einzureden, dass sie keinen Nutzen haben.

Ich bin jetzt aber auch nicht so fies, dass ich den Leuten wünsche, dass sie mal merken, wie gut der Nutzen wäre. Das macht man nicht.

Kl.gr.Frosch

Beitrag von „O. Meier“ vom 11. Oktober 2018 07:27

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Aber eigentlich will ich mich auf das Thema gar nicht mehr einlassen.

Aha.

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Er sollte nur nicht versuchen, anderen Leuten einzureden, dass sie keinen Nutzen haben.

Tut das jemand? Oder wird hier vielleicht andersherum die Andeutung gemacht, es gäbe einen Nutzen. Wer einen Beleg dafür hat, kann ihn ja einfach nennen.

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Ich bin jetzt aber auch nicht so fies, dass ich den Leuten wünsche, dass sie mal merken, wie gut der Nutzen wäre. Das macht man nicht.

Aber so ganz kann man sich die Verwünschung dann doch nicht verkneifen? Zumindest implizit möchte man sie nennen?

Zur Kenntnis genommen.

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 11. Oktober 2018 07:50

Zitat

Tut das jemand? Oder wird hier vielleicht andersherum die Andeutung gemacht, es gäbe einen Nutzen. Wer einen Beleg dafür hat, kann ihn ja einfach nennen.

Meines Wissens hast du dich mit der Aussage aus dem Fenster gelehnt, dass Helme keinen Nutzen haben. Wenn du einen Beleg dafür hast, kannst du ihn ja einfach nennen.

Zitat

Aber so ganz kann man sich die Verwünschung dann doch nicht verkneifen? Zumindest implizit möchte man sie nennen?

Vewünschung: Weder implizit noch sonst irgendwie. Was ich implizit geschrieben habe: ich wünsche dir NICHT, dass du mal auf den Nutzen eines Helms angewiesen bist, wenn du keinen trägst.

Grüße,

kl. gr. frosch

Beitrag von „O. Meier“ vom 11. Oktober 2018 08:01

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Meines Wissens hast du dich mit der Aussage aus dem Fenster gelehnt, dass Helme keinen Nutzen haben. Wenn du einen Beleg dafür hast, kannst du ihn ja einfach nennen.

Keinen *nachgewiesenen* Nutzen.

Der Beleg dafür ist, dass mir trotz längerer Beschäftigung mit dem Thema noch keine Studie, keine Untersuchung und kein Wirknachweis begegnet ist. Sollte ich da etwas übersehen haben, bitte ich um Nennung.

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Vewünschung: Weder implizit noch sonst irgendwie. Was ich implizit geschrieben habe: ich wünsche dir NICHT, dass du mal auf den Nutzen eines Helms angewiesen bist, wenn du keinen trägst.

Ja, das meinte ich. Danke.

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 11. Oktober 2018 08:26

Dann ist doch alles okay. Freu dich doch, dass ich es dir nicht wünsche. 😊

Bzgl. Beleg: ich hatte jetzt gehofft, dass du eine Studie kennst, die zahlenmäßig nachweisen kann, dass der Helm keinen Nutzen hat. Aber okay.

Kl.gr.Frosch

<Mod Modus>

Wenn das dann geklärt ist, können wir vielleicht zum Thema des Threads zurück kommen?

Palmusi fragte: Welchen Fahrradhelm könnt ihr empfehlen.

Beitrag von „Palmusi“ vom 11. Oktober 2018 09:59

Zitat von FrauZipp

Ich habe den Testsieger von Stiftung Warentest und bin sehr zufrieden damit. Ich finde ich ihn bequem und er passt gut.

Vielen dank 😊

Beitrag von „Zirkuskind“ vom 11. Oktober 2018 15:18

hab einen Abus Urban I 2.0.

Hab viele ausprobiert, bis ich den gefunden habe. Empfehle ich dir auch. Helm sollte zur Kopfform passen.

Als Kind hat mich mein damaliger alter Helm aus Styropor übrigens mal vor wirklich Schlimmeren bewahrt. Ich war nach einem Sturz auf einem Feldweg mit dem Kopf aufgeschlagen. Der Schädel hat gebrummt aber sonst alles ok. Nur ein spitzer Stein steckte ca. 1 cm tief im Styropor. Der hätte sonst sicher eine ziemliche Wunde gerissen.

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. Oktober 2018 18:29

Zitat von O. Meier

Ein *guter* Helm wäre einer, der einen *nachgewiesenen* Nutzen hat. Einen solchen aber gibt's nicht.

Was hättest du denn gern für einen Nachweis? Ich stelle mir gerade Studien für Motorradfahrer ohne Helm und Lederkluft vor- aua. Dass die meisten aus Eitelkeit keinen tragen ist wohl wahrscheinlicher, als aus dem Grund, dass noch niemand Crashtestdummies mit Helm vom Fahrrad geworfen hat.

Obwohl, mir fällt sogar eine Studie ein: Melone mit und ohne Fahrradhelm fallen lassen. Das kann man auch selbst mal ausprobieren.

Beitrag von „Kiggie“ vom 11. Oktober 2018 18:53

[Zitat von Krabappel](#)

Was hättest du denn gern für einen Nachweis? Ich stelle mir gerade Studien für Motorradfahrer ohne Helm und Lederkluft vor- aus. Dass die meisten aus Eitelkeit keinen tragen ist wohl wahrscheinlicher, als aus dem Grund, dass noch niemand Crashtestdummies mit Helm vom Fahrrad geworfen hat.

Obwohl, mir fällt sogar eine Studie ein: Melone mit und ohne Fahrradhelm fallen lassen. Das kann man auch selbst mal ausprobieren.

Ich hoffe du trägst beim Autofahren einen Helm!

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. Oktober 2018 20:24

[Zitat von Kiggie](#)

...Ich hoffe du trägst beim Autofahren einen Helm!

Was sagt uns das bunte Schaubild? von 100 Kopfverletzungen passiert eine auf dem Fahrrad. Wie viele sind das im Jahr? Und wie schwerwiegend sind sie je mit und ohne Helm? bzw. werden durch Helm verhindert?

Und dass mehr Leute Autofahren und dort die schlimmeren Unfälle passieren ist ja nun auch nicht überraschend.

Beitrag von „Kiggie“ vom 11. Oktober 2018 20:35

[Zitat von Krabappel](#)

Was sagt uns das bunte Schaubild? von 100 Kopfverletzungen passiert eine auf dem Fahrrad. Wie viele sind das im Jahr? Und wie schwerwiegend sind sie je mit und ohne Helm? bzw. werden durch Helm verhindert?

Und dass mehr Leute Autofahren und dort die schlimmeren Unfälle passieren ist ja nun auch nicht überraschend.

Ich will den Thread nicht zweckentfremden, ich trage selber fast immer einen Helm.

Aber nichtsdestotrotz:

<http://www.taz.de/Standpunkt-Fahrradhelm-und-BGH/!134611/>

<https://www.facebook.com/no.helmet.law/>

In den Niederlanden fährt kaum einer mit Helm, die Unfallrate ist geringer. Kopenhagen ebenso.

Ich kann daher die Einstellung von [@O. Meier](#) nachvollziehen.

Der Nutzen von Helmen ist definitiv umstritten. Es gibt auch Fälle, wo dieser die Verletzungen hervorgerufen hat.

Es gibt Gründe, warum es keine Helmpflicht gibt. Und entsprechend sollte hier jeder selber entscheiden. Egal ob Nutzen oder kein-Nutzen.

Beitrag von „O. Meier“ vom 12. Oktober 2018 08:19

[Zitat von Krabappel](#)

Was hättest du denn gern für einen Nachweis?

Zunächst müssten die, die einen Nutzen vermuten, diesen spezifizieren. "Sieht gut aus" ist nichts, was man nachweisen muss. "Verhindert tödliche Kopfverletzungen." würde bedeuten, dass man nachweisen kann, dass man mit Helm auf dem Fahrrad keine tödlichen Kopfverletzungen erleidet. Wer meint, dass ein Helm das Risiko einer (schweren/tödlichen) Kopfverletzung reduziert, sollte entsprechende Zahlen vorlegen.

[Zitat von Krabappel](#)

ch stelle mir gerade Studien für Motorradfahrer ohne Helm und Lederkluft vor

Du meinst der Nutzen dieser Schutzkleidung ist auch nie nachgewiesen worden?

[Zitat von Krabappel](#)

Obwohl, mir fällt sogar eine Studie ein: Melone mit und ohne Fahrradhelm fallen lassen.

Ja, könnte sein, dass wir ganz falsche Vorstellung vom Nutzen der Objekte haben und es handelt sich bei denen nur um fehldeklarierte Melonenkörbchen.

Patsch!

Beitrag von „O. Meier“ vom 12. Oktober 2018 08:29

[Zitat von Krabappel](#)

Und dass mehr Leute Autofahren und dort die schlimmeren Unfälle passieren ist ja nun auch nicht überraschend.

Wieviele mehr sind's denn? Ist das im Verhältnis, so dass man sicher weiß, dass man nicht überrascht ist. Nunja, man müsste wohl das relative Risiko vergleichen.

Insgesamt finde ich es aber etwas perfide über die vielen Menschen, die beim Autofahren eine (vielleicht schwere) Kopfverletzung erleiden einfach so hinwegzugehen. Nicht nur, dass das erhebliche Kosten für die Krankenkassen bedeutet, sind das eventuell schwere Schicksale für die Individuen. Das als "nicht überraschend" abzutun, finde ich etwas knapp.

Beitrag von „O. Meier“ vom 12. Oktober 2018 08:31

[Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Palmusi fragte: Welchen Fahrradhelm könnt ihr empfehlen.

Meine Empfehlung ist weiterhin einer, der einen nachgewiesenen oder nachweisbaren Nutzen hat. Gibt es vielleicht ein Modell bei dem der Hersteller eine Schutzwirkung garantiert?

Beitrag von „Kiggie“ vom 12. Oktober 2018 14:32

[Zitat von O. Meier](#)

Meine Empfehlung ist weiterhin einer, der eine nachgewiesenen oder nachweisbaren Nutzen hat. Gibt es vielleicht ein Modell bei dem der Hersteller eine Schutzwirkung garantiert?

Die passende Antwort wäre wohl: Es kommt drauf an 😊

Helme können vor bestimmten Verletzungen schützen. Bestimmte Verletzungen können sie aber auch verursachen.

Also vorm Unfall noch einmal kurz entscheiden, ob man den Helm schnell absetzt oder aufsetzt



Beitrag von „Krabappel“ vom 12. Oktober 2018 14:53

[Zitat von O. Meier](#)

...

Insgesamt finde ich es aber etwas perfide über die vielen Menschen, die beim Autofahren eine (vielleicht schwere) Kopfverletzung erleiden einfach so hinwegzugehen. Nicht nur, dass das erhebliche Kosten für die Krankenkassen bedeutet, sind das eventuell schwere Schicksale für die Individuen. Das als "nicht überraschend" abzutun, finde ich etwas knapp.

Du redest dich um Kopf(verletzung) und Kragen. Der TE hat nach guten Helmen gefragt, jemand anders ein Schaubild hochgeladen aus dem hervorgeht, dass Autofahren gefährlicher ist, als Radfahren. Ist doch irgendwie albern. Aber zum Glück sind wir ja alle frei zu entscheiden, was wir auf dem Fahrrad für Kopfbedeckungen tragen.