

Presse-Information

Stuttgart, 18.12.2009

Sicherheit beim Wintersport

Beim Wintersport geht Sicherheit vor. Dazu gehört nicht nur rücksichtsvolles Verhalten auf der Piste gegenüber anderen Skifahrern und Snowboardern, sondern auch die richtige körperliche Vorbereitung sowie eine sichere Ausrüstung. Die Württembergische Versicherung, eine Tochtergesellschaft des Vorsorge-Spezialisten Wüstenrot & Württembergische (W&W), rät daher, sich durch regelmäßige sportliche Betätigung auf den Wintersport vorzubereiten, vor dem Beginn der neuen Saison die Ausrüstung einem Sicherheitscheck zu unterziehen und auf der Piste einen Helm zu tragen.

In Deutschland ist die Verletztenquote beim Wintersport insgesamt rückläufig. Dennoch verletzten sich in der Saison 2008/2009 immer noch circa 50.000 Deutsche auf der Piste. Plötzliche sportliche Belastungen erhöhen dabei das Risiko, so dass häufig konditionelle Schwächen der Grund für Zerrungen oder Überdehnungen sind. Um solchen Verletzungen vorzubeugen, ist es deshalb wichtig, schon das ganze Jahr über eine Sportart zu betreiben, bei der Kraft, Ausdauer und Kondition trainiert werden.

Laut der Auswertungsstelle für Skiunfälle in Düsseldorf (ASU Ski) wird bei fast elf Prozent aller Wintersportunfälle der Kopf in Mitleidenschaft gezogen. Die Württembergische empfiehlt daher, beim Ski- und Snowboardfahren grundsätzlich einen Helm zu tragen, um den Kopf bestmöglich zu schützen. Dabei sollte man auf das GS-Zeichen für geprüfte Sicherheit achten, das als Prüfsiegel einen hohen Qualitätsstandard garantiert. Nach einigen besonders schweren Unfällen in der vergangenen Wintersportsaison ist von vielen Seiten die Forderung nach einer allgemeinen Helmpflicht auf der Piste laut geworden. Italien und einige Bundesländer Österreichs haben diese für Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre bereits eingeführt.

Wichtig ist zudem eine intakte Sportausrüstung. Diese sollte vor Saisonbeginn auf Verschleißerscheinungen überprüft werden. Bei Skibindungen ist es dringend zu empfehlen, die Einstellung vom Fachmann kontrollieren und nachjustieren zu lassen. Im Fachhandel oder im Internet gibt es Tipps und Checklisten zur leichteren Überprüfung von Skiern und Boards, Stöcken und Bindungen.

Klare Regeln für das Verhalten auf der Skipiste

Wie im Straßenverkehr, gibt es auch für das Verhalten auf der Piste Regeln, die von Gerichten im Streitfall meist als verbindlich anerkannt werden. Klare Vorgaben für Skifahrer und Snowboarder bieten die Verhaltensregeln des Internationalen Skiverbandes (FIS) und der Schweizerischen Kommission für Unfallverhütung auf Schneesportabfahrten (SKUS). Die FIS-Regeln dienen dabei als Maßstab für sportgerechtes Verhalten von Skifahrern und Snowboardern und haben zum Ziel, Unfälle auf Ski- und Snowboardabfahrten zu vermeiden. Sie gelten als Richtlinien für das Verhalten auf der Piste, an Liftanlagen oder in Wald- und Wildschutzzonen. Außerdem liefern sie Antworten auf Fragen zur Hilfeleistung bei Unfällen oder zur Einschätzung einer möglichen Lawinengefahr. Die Verhaltensempfehlungen betonen besonders rücksichtsvolles Handeln gegenüber anderen Skifahrern, wenn diese beispielsweise langsamer unterwegs sind. Dazu gehört auch, das eigene Können realistisch einzuschätzen und die gefahrene Geschwindigkeit sicher zu beherrschen – falls nötig, auch zu verringern.

Obwohl Alkohol bei Ski-Unfällen bisher meist eine untergeordnete Rolle spielt, birgt er dennoch ein hohes Gefahrenpotenzial. Nicht nur bei Après-Ski-Partys, sondern häufig auch schon tagsüber auf der Piste gönnen sich Wintersportler gern mal einen Jagertee oder Glühwein. Da Alkohol das Reaktionsvermögen stark verlangsamt sowie den Gleichgewichtssinn und die Orientierung beeinträchtigt, kann es aufgrund von Alkoholgenuss zu Stürzen und Kollisionen kommen. Alkohol reduziert außerdem die Fähigkeit, Kälte wahrzunehmen. Es besteht damit die Tendenz zu einer allgemeinen Unterkühlung, die oft erst zu spät registriert wird. Ferner nimmt der Körper erste Warnzeichen für Erfrierungen wie ein Kribbeln an Zehen oder Fingern möglicherweise nicht mehr wahr. Die Folge können massive Erfrierungen sein, die sehr schmerzhaft sind und den Urlaubsspaß nachhaltig verringern.

Wüstenrot & Württembergische – DER Vorsorge-Spezialist

Die Wüstenrot & Württembergische-Gruppe ist „DER Vorsorge-Spezialist“ für Vermögensbildung, Wohneigentum, finanzielle Absicherung und Risikoschutz in allen Lebenslagen. 1999 aus dem Zusammenschluss der Traditionsunternehmen Wüstenrot und Württembergische entstanden, verbindet der börsennotierte Konzern, mit Sitz in Stuttgart, BausparBank und Versicherung als gleich starke Säulen. Das große Vertrauen, das die W&W-Gruppe bei ihren sechs Millionen Kunden genießt, gründet sich auf die Kompetenz, das Engagement und die Kundennähe von 6.000 Außendienst-Partnern. Unterstützt von Direkt-Aktivitäten kann jeder Außendienst-Partner der W&W-Gruppe alle Vorsorge-Bedürfnisse seiner Kunden aus einer Hand erfüllen. Die W&W-Gruppe hat sich als größter unabhängiger und kundenstärkster Finanzdienstleister Baden-Württembergs etabliert.