

Jeden Tag 11 Verletzte durch Unfälle am Eis: Schutzausrüstung kann Verletzungsrisiko halbieren

Ob auf künstlichen Eislaufplätzen oder Natureisflächen: Pro Jahr verletzen sich durchschnittlich etwa 4.500 Eisläufer*innen, wobei der Februar zu den unfallträchtigsten Monaten zählt. Verletzungen an den Händen und Unterarmen sind am häufigsten. Kopfverletzungen zählen mitunter zu den unfallschwersten Verletzungen. Helm, Handgelenksprotektoren und Handschuhe könnten das Verletzungsrisiko halbieren, plädieren KFV-Experten. KFV-Beobachtungen zeigen hier aber noch großen Aufholbedarf.

Wien, 9. Februar 2024. Eislaufen erfreut sich in Österreich großer Beliebtheit. Aufgrund der hohen Popularität passieren aber auch relativ viele Unfälle. Gemäß der KFV-Unfallstatistik IDB-Austria müssen pro Jahr durchschnittlich rund 4.500 Eisläufer*innen aufgrund von Verletzungen im Spital behandelt werden. Rund 85 Prozent verletzen sich im Dezember, Jänner und Februar. In diesem Zeitraum wären das rund elf verletzte Personen pro Tag. Die Unfälle am Eis haben vielfältige Ursachen. **Dr. Johanna Trauner-Karner, Leiterin des Forschungsbereichs Sport- und Freizeitsicherheit im KFV** erklärt dazu: „Auf Natureisflächen stößt man durch eingefrorene Äste und andere Unebenheiten vermehrt auf Stolperfallen. Eine noch größere Gefahrenquelle ist derzeit allerdings die erhöhte Einbruchgefahr. Aufgrund der milden Temperaturen wurden bereits Warnungen verhängt, dass manche Eisflächen nicht mehr betreten werden dürfen. Diese Warnungen sollten zur eigenen Sicherheit ausnahmslos beachtet werden.“

Mehrheit verletzt sich auf Kunsteisflächen

Künstliche Eislaufplätze versprechen mehr Sicherheit, da keine Einbruchgefahr wie auf Natureisflächen besteht. KFV-Analysen haben aber gezeigt, dass die meisten Unfälle (83%) auf Kunsteisflächen passieren. „Durch den meist großen Andrang auf den Eisflächen, steigt die Gefahr für Zusammenstöße und Stürze. Daher ist eine vorausschauende Fahrweise und Rücksichtnahme auf Fahranfänger*innen insbesondere zu Stoßzeiten besonders wichtig,“ betont **Dr. Trauner-Karner**. Vorsichtig sollte man vor allem am Wochenende auf den Eisflächen sein: Statistiken zeigen, dass es überdurchschnittlich viele Unfälle samstags und sonntags zwischen 15:00 und 17:00 Uhr gibt.

Besonders häufige und schwere Verletzungen am Eis

Hände und Handgelenk sind bei Stürzen besonders oft von Verletzungen betroffen. Das zeigt auch die Unfallstatistik. Am häufigsten werden die Handgelenke (27%), gefolgt von den Unterarmen (21%) und Fingern (7%) in Mitleidenschaft gezogen. Zu den häufigsten Verletzungen gehören der Bruch des Handgelenks oder des Unterarms – hier kann das Tragen von Handgelenksprotektoren Abhilfe schaffen! Kopfverletzungen sind zwar seltener, aber aufgrund ihrer Unfallschwere unbedingt zu vermeiden. Ein Aufprall mit dem Kopf, insbesondere dem Hinterkopf, auf das harte

Eis kann Verletzungen verursachen, die von Platzwunden über Schädelprellungen bis hin zu Gehirnerschütterungen reichen.

Helm und Handschuhe können das Verletzungsrisiko halbieren

Laut einer KFV-Erhebung (2023-2024) tragen über alle Altersgruppen hinweg allerdings nur 14 Prozent auf dem Eis einen Helm und 54 Prozent schnittfeste Handschuhe, wobei die Tragequote in beiden Fällen mit zunehmendem Alter stark abnimmt. „Berechnungen des KFV haben ergeben, dass das Tragen eines Helms – idealerweise eines Skihelms – und das Tragen von Handschuhen das Verletzungsrisiko um 50 Prozent senken kann. Wie auch beim Skifahren sollte die Nutzung einer passenden Schutzausrüstung beim Eislaufen daher eine Selbstverständlichkeit sein,“ schließt **Dr. Trauner-Karner**.

KFV-Sicherheitstipps fürs Eislaufen

- Vor dem Schritt aufs Eis sorgt ein kurzes **Aufwärmtraining** (Armkreisen, Kniebeugen, Hüftschwünge) für warme Muskeln und für ein **geringeres Verletzungsrisiko**.
- Das **Können** sollte dem **Tempo angepasst** werden. Zudem ist **ständige Bremsbereitschaft** wichtig!
- **Regelmäßige Pausen** verhindern Konzentrationsverlust.
- Bei einem Sturz sollte die Hand von **Begleitpersonen losgelassen** werden, um diese nicht auch noch zu Fall zu bringen. In Anfänger-Kursen lernt man nicht nur die **korrekte Lauftechnik**, sondern auch das **richtige Fallen**.
- **Platzregeln** und **Laufrichtung beachten**, ausreichend **Abstand** zu anderen Personen **halten** und leichtsinnige Fahrmanöver vermeiden.

Tipps fürs Eislaufen auf Teichen und Seen

- Auf **Warntafeln/Hinweisschilder** achten und **Sperrzonen** nicht betreten.
- Auf Natureis in **Rufweite** zu **anderen Eisläufer*innen** aufhalten.
- **Vor dem Betreten** die **Festigkeit der Eisfläche überprüfen**: Bei ersten Laufversuchen darf keinerlei Eisbewegung erkennbar sein. Warnsignale: Risse, Blasen, Sprünge. Dunkle Eisflächen meiden – diese lassen auf eine dünne Eisschicht schließen. Besondere Vorsicht ist in Bereichen von Zu- und Abflüssen von gefrorenen Gewässern geboten.
- **Achtung** bei **Stolperfallen**, wie Äste, Blätter oder Rillen.
- Tauwetter, schlechte Sicht oder Neuschnee steigern die Unfallgefahr. **Informieren** Sie sich im Vorfeld online oder via „**Eistelefon**“ über die **tagesaktuelle Eisqualität**.



Rückfragehinweis:
Pressestelle KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit)
Tel.: 05-77077-1919 | E-Mail: pr@kfv.at | www.kfv.at