

## 4.000 Eislaufunfälle pro Jahr: Erst 32 Prozent der Kinder tragen einen Helm

**Am 23. Jänner 2025 startet der „Wiener Eistraum“ und in den Semesterferien zieht es auch in den übrigen Bundesländern die Kinder und Jugendlichen in Scharen auf das Eis. Neben jeder Menge Spaß warten dort allerdings auch erhebliche Unfallgefahren. Im Vorjahr wurden rund 4.000 Personen in ganz Österreich bei dieser Sportart verletzt. 83 Prozent aller Verletzungen sind Knochenbrüche. Noch fataler kann ein Sturz auf den Kopf enden, wobei aber erst 32 Prozent der Kinder beim Eislaufen einen Helm tragen, wie aus Erhebungen der Präventionsinstitution KFV hervorgeht. Erwachsene sollten mit gutem Beispiel vorangehen und zeigen, dass das Tragen von Helmen und Protektoren im Trend liegt.**

**Wien, 21. Jänner 2025.** Eislaufen gehört zu den beliebtesten Wintersportarten, birgt jedoch erhebliche Unfallrisiken. Jährlich verletzen sich etwa 4.000 Menschen beim Eislaufen so schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden müssen. Besonders alarmierend: Mit einem Anteil von 83 Prozent aller Verletzungen gehören Knochenbrüche zu den häufigsten Unfallfolgen. Kein anderer Wintersport weist eine so hohe Rate an Knochenbrüchen auf. Die häufigsten Brüche betreffen das Handgelenk (2023: 900 Fälle) und den Unterarm (2023: 800 Fälle). „Eislaufen macht großen Spaß und fördert die Bewegung an der frischen Luft, doch die Risiken dürfen nicht unterschätzt werden. Vor allem mangelnde Schutzausrüstung und unzureichende Vorbereitung führen oft zu schweren Verletzungen,“ warnt **Dr. Johanna Trauner-Karner, Leiterin des Fachbereichs Sport- und Freizeitsicherheit im KFV.**

### **Helmtragequote noch immer zu niedrig**

Trotz der hohen Verletzungsgefahr liegt die Helmtragequote beim Eislaufen erst bei 15 Prozent, wie KFV-Erhebungen zeigen. Kinder bis 14 Jahren haben mit 32 Prozent die höchste Helmtragequote, während Jugendliche (15 bis 24 Jahre) mit knapp über einem Prozent die geringste Quote aufweisen. Bei Erwachsenen und Senioren liegt die Helmtragequote bei durchschnittlich sechs Prozent. Punkto Helm besteht dringender Handlungsbedarf. „Ein Helm kann schwere Kopfverletzungen verhindern und ist eine einfache, aber wirksame Maßnahme, um Eislaufen sicherer zu machen“, erklärt **Trauner-Karner**. Erwachsene könnten hier mit gutem Beispiel vorangehen und zeigen, dass das Tragen von Helmen und Protektoren im Trend liegt.

### **Unfallhäufung in den Nachmittagsstunden**

Besonders in den Nachmittagsstunden zwischen 15 und 17 Uhr ist besondere Vorsicht angebracht, da zu dieser Zeit viele Menschen gleichzeitig aktiv sind. In diesem Zeitfenster ereigneten sich im vergangenen Jahr 43 Prozent aller Eislaufunfälle. Durch die Ermüdung in den Nachmittagsstunden ist die Sturzgefahr erhöht. Stürze sind in 95 Prozent der Fälle die Hauptunfallursache. Die

Kombination aus glatten Flächen, hoher Geschwindigkeit und fehlender Schutzkleidung macht Eislaufen zu einer besonders unfallträchtigen Aktivität, die mit schweren Verletzungen einhergehen kann.

#### **Präventionstipps für sicheres Eislaufen**

- **Helm tragen:** Ein Helm kann Kopfverletzungen verhindern oder deren Schwere reduzieren. Eltern sollten besonders bei Kindern auf das Tragen eines Helms achten.
- **Handgelenkschutz verwenden:** Stürze auf das Handgelenk sind die häufigste Ursache für Knochenbrüche. Spezielle Protektoren können Verletzungen vorbeugen.
- **Eislauffläche prüfen:** Risse oder Unebenheiten auf Natureisflächen können Stürze begünstigen. Beim Aufsuchen gut gepflegter Flächen ist die Gefahr entsprechend geringer. Vor dem Betreten von Natureisflächen sollte man sich unbedingt vergewissern, ob die jeweiligen Teiche oder Seen für das Eislaufen freigegeben sind oder vielleicht sogar explizit eine Warnung besteht.
- **Aufwärmen nicht vergessen:** Eine kurze Aufwärmphase vor dem Eislaufen bereitet Muskeln und Gelenke auf die Belastung vor und reduziert das Verletzungsrisiko.
- **Stoßzeiten meiden:** Wer kann, sollte die Nachmittagsstunden zwischen 15 und 17 Uhr meiden, da es zu dieser Zeit vermehrt zu Unfällen kommt.
- **Richtige Technik lernen:** Besonders Anfänger profitieren von einem Kurs, um die Grundlagen des sicheren Eislaufens zu erlernen.

#### **Foto, Abdruck honorarfrei**

Dr. Johanna Trauner-Karner, Leiterin des Bereichs Sport- und Freizeitsicherheit im KFV © KFV/APA Fotoservice/Juhasz

#### **Rückfragehinweis:**

Pressestelle KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit)  
Tel.: 05-77077-1919 | E-Mail: [pr@kfv.at](mailto:pr@kfv.at) | [www.kfv.at](http://www.kfv.at)