

# Standpunkt

## Helmpflicht für Radfahrer

Regelmäßig zu Beginn der Fahrradsaison steht das Thema „Helmpflicht für Radfahrer“ zur Debatte. Während die Befürworter die günstigen Auswirkungen des Helmes auf die Unfallschwere betonen, befürchten die Gegner einen Rückgang des Radverkehrs.

### Fakten

In Deutschland lag die Helmtragequote laut Bundesanstalt für Straßenwesen (BASt) innerorts im Jahr 2024 bei 42,6%. Bei Pedelec-Fahrenden ist die Quote fast doppelt so hoch wie bei den Fahrenden konventioneller Fahrräder (60,9% gegenüber 34,2%). Am höchsten ist die Quote bei den 6 bis 10-Jährigen (84,9%), am niedrigsten bei den 17 bis 21-Jährigen (25,6%).

Bis heute liegen keine offiziellen Zahlen vor, welche die Schutzwirkung des Helmes quantifizieren. So unterscheidet die amtliche Statistik bei einem Unfall nicht danach, ob ein Helm getragen wurde oder welche Körperregion betroffen war. Hierfür ist man auf die Angaben der privaten Unfallversicherer angewiesen oder auf klinikinterne Studien, die dem Helm eine positive Wirkung auf die Verletzungsschwere bei Kopfverletzungen attestieren.

### Rechtliche Grundlagen

Es besteht gegenwärtig keine gesetzliche Verpflichtung zum Tragen eines Helms beim Radfahren. Wer als Radfahrer keinen Schutzhelm trägt, muss sich bei einem Unfall allein deshalb kein Mitverschulden anrechnen lassen. Das fehlende Tragen eines Fahrradhelms begründet erst dann einen Mitverschuldensvorwurf gemäß §254 BGB, wenn sich der Radfahrer als sportlich ambitionierter Fahrer Risiken aussetzt, bei denen ein erhöhtes Gefährdungspotenzial besteht. Betroffen sind v. a. Mountainbike-Fahrer, die in schwierigem Gelände unterwegs sind, sowie die Fahrer von Rennräder. Diese müssen nicht nur im Rahmen von Wettkämpfen, sondern auch bei der Freizeitausübung einen Helm tragen. Andernfalls trifft sie im Falle einer Kopfverletzung ein Mitverschulden, das ihren Schadensersatzanspruch an die Versicherung mindern oder ausschließen kann.

### ADAC-Standpunkt

Der ADAC empfiehlt – unabhängig von der gefahrenen Geschwindigkeit – ausdrücklich das Tragen eines Fahrradhelms, sieht aber – vor allem aus versicherungstechnischen Gründen – die Einführung einer Helmpflicht als nicht zielführend an. Eine gesetzliche Verankerung hätte zur Konsequenz, dass ein Verunglückter, der keinen Helm getragen hat, geringere Ansprüche bei Versicherungsleistungen geltend machen kann. Eine Helmpflicht würde also insbesondere der Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen, die eigentlich geschützt werden soll, im Falle eines Unfalls „ohne Helm“ sogar schaden. Zumal das Tragen des Helms bei Jugendlichen von den verantwortlichen Eltern nur schwer kontrollierbar ist.

Gegen eine Helmpflicht sprechen darüber hinaus die Nicht-Durchsetzbarkeit einer effektiven Überwachung und die erwartbaren negativen Einflüsse auf die Nutzung des Fahrrads im Allgemeinen und auf Fahrradverleihsysteme im Speziellen. Wie Erfahrungen aus Australien zeigen, könnte eine Helmpflicht möglicherweise auch zu einem Rückgang des – grundsätzlich gesellschaftlich erwünschten – Radverkehrs in Deutschland führen.

Um die Verkehrssicherheit für Radfahrer zu erhöhen, appelliert der ADAC an die Kommunen, für sichere Radverkehrsanlagen zu sorgen. Dazu gehören – auch vor dem Hintergrund der starken Zunahme von Pedelecs – die Realisierung durchgängiger Radverkehrsnetze mit ausreichend breiten Radverkehrsanlagen und sicheren Führungen über die Knotenpunkte und Einmündungen.

Der ADAC setzt sich für eine Verstärkung der Aufklärungsarbeit ein und ruft die Verkehrsteilnehmer zu mehr gegenseitiger Rücksichtnahme und Einhaltung der Verkehrsregeln auf.