

Kluge Köpfe schützen sich – womit?

Strengelbach, 27.09.2026 – Ein Schutzhelm wirkt nur, wenn er zur Gefährdung passt, richtig sitzt und in einwandfreiem Zustand ist. Bei der Beschaffung zählt daher nicht allein die Norm, sondern es muss klar sein, für welche Arbeiten er genutzt wird, mit welcher weiteren Schutzausrüstung er kompatibel sein muss und wie der Unterhalt geregelt wird.

Die Gefährdung bestimmt den Kopfschutz

Die Pflicht zum Kopfschutz entsteht aus der Gefahr bei der jeweiligen Arbeit. Eine Norm beschreibt, was ein Produkt – in diesem Fall ein Helm – leisten kann, nicht aber, wann ein Helm konkret eingesetzt werden muss. Daher muss in einer betrieblichen Gefährdungsermittlung geklärt werden, ob der Kopf gegen feststehende Bauteile, herabfallende Gegenstände, seitliche Schläge, pendelnde Lasten oder gar gegen die Folgen eines Absturzes geschützt werden muss.

Dabei ist immer das STOP-Prinzip zu beachten: Gefahren sind wo immer möglich zuerst durch technische und organisatorische Massnahmen zu vermindern. Das können beispielsweise abgesperrte Gefahrenbereiche, eine gründliche Beurteilung auf Totholz im Wald oder die räumliche Trennung von Personen und bewegten Lasten sein. Der Helm ergänzt diese Massnahmen als persönliche Schutzausrüstung.



Wenn Helme herunterfallen können, ist ein Kinnriemen erforderlich

Den passenden Schutz auswählen

Es gibt nicht «den einen Helm» - der Kopfschutz muss jeweils zu den auftretenden Gefährdungen passen. Für den landwirtschaftlichen Alltag lassen sich die wichtigsten Produkte einfach voneinander abgrenzen.

Produkt	Schutzwirkung	Typische Gefährdungen
Bergsteigerhelm SN EN 12492	Schützt bei Aufprall aus verschiedenen Richtungen und bleibt durch den Kinnriemen am Kopf.	Arbeiten am Seil, auf Bäumen und weitere Arbeiten mit Absturzgefahr.
Industrieschutzhelm SN EN 397:2025 Typ 2	Zusätzlicher Schutz bei seitlichen, vorderen und hinteren Schlägen sowie höherer Prüfenergie im Scheitel.	Arbeiten mit grösseren Massen, grösseren Fallhöhen, seitlichen Stössen oder Absturzgefahr. Der feste Kinnriemen hält den Helm am Kopf.
Industrieschutzhelm SN EN 397:2025 Typ 1	Schützt vor herabfallenden Gegenständen	Übliche Arbeiten am Boden mit Gefährdung von oben, zum Beispiel Bauarbeiten oder Arbeiten im Bereich gehobener Lasten.
Anstossskappe SN EN 812	Schützt beim Anstossen an feste Teile	Niedrige Türstürze, Balken, Rohre, Melkstand, Werkstatt und Arbeiten unter Maschinen. Nicht geeignet bei herabfallenden oder pendelnden Gegenständen und nicht bei Absturzgefahr.

Für Motorsägearbeiten im Wald oder am Baum braucht es eine Forsthelmkombination. Sie besteht aus einem Helm sowie Gehör- und Gesichtsschutz. Bei Arbeiten mit Absturzgefahr oder wenn der Helm herunterfallen kann, ist zusätzlich ein geeigneter Kinnriemen erforderlich. Für Freischneider, Motorsense oder Häcksler richtet sich der Gesichtsschutz nach den weggeschleuderten Teilen. Ein Gittervisier wird beim Freischneider üblicherweise mit einer Schutzbrille kombiniert.

Wie viel hält ein Helm aus?

1 kg aus 5 m Fallhöhe erreicht die Prüfergie von SN EN 397:2025 Typ 1 (rund 49 Joule), aus 10 m jene von SN EN 397:2025 Typ 2 (rund 98 Joule). Die Regel zeigt auch die Grenze: Ein Ast von 2 kg aus 15 m erreicht rund 294 Joule – mehr, als jeder Helm auffangen kann. Fall- und Gefahrenbereich, Totholzkontrolle und saubere Arbeitstechnik bleiben deshalb immer vorrangig. Der Helm ist die letzte Massnahme, nicht die erste.

Rotationskräfte

Rotationskräfte auf den Kopf werden unter anderem durch einen schrägen Aufprall ausgelöst. Die neue SN EN 397:2025 nennt sie erstmals als Ursache von Kopfverletzungen, prüft sie aber noch nicht. Einige Hersteller haben dazu bereits heute konstruktive Massnahmen zur Reduzierung dieser Kräfte entwickelt (z. B. MIPS). Solche Massnahmen sind eine freiwillige Zusatzleistung und ersetzen die Typenauswahl nicht, sie können in der Gefährdungsermittlung aber als zusätzliches Auswahlkriterium berücksichtigt werden.



Zusätzliche Systeme wie MIPS absorbieren einen Teil der Rotationskräfte auf den Kopf

Passform und Tragekomfort testen

Ein Helm, der drückt, wackelt oder die Sicht einschränkt, wird ungern oder falsch getragen. Kopfform, Kopfgrösse, Frisur, Brille und weitere persönliche Schutzausrüstung beeinflussen den Sitz. Ein Tragetest mit den Personen, die den Kopfschutz später tragen, lohnt sich deshalb.

Die Innenausstattung des Helms muss sich so einstellen lassen, dass der Helm stabil und waagrecht sitzt. Er darf bei einer normalen Kopfbewegung nicht verrutschen. Ein vorgeschriebener Kinnriemen wird geschlossen und leicht straff eingestellt, die Y-Kreuzung kommt dabei ca. einen Fingerbreit unter dem Ohrläppchen zu liegen. Auch mit Handschuhen sollten Verschluss und Grössenverstellung sicher bedienbar sein.

Einsatz verbindlich regeln

Der Betrieb legt fest, bei welchen Arbeiten ein Kopfschutz getragen werden muss, und hält dies im Sicherheitskonzept fest. Art. 82 UVG und Art. 5 VUV verpflichten Arbeitgebende, notwendige, zumutbare und wirksame persönliche Schutzausrüstung für ihre Mitarbeitenden bereitzustellen, wenn sich Gefahren nicht anders ausreichend ausschliessen lassen. Persönlich zugeteilte Helme erleichtern die Trageakzeptanz und verbessern die Hygiene.

Mitarbeitende, Lernende und weitere betroffene Personen müssen zum Einsatz des Kopfschutzes und der gesamten PSA entsprechend instruiert werden. Vor jedem Einsatz kontrolliert die tragende Person den Zustand und den Sitz des Kopfschutzes. Ein beschädigter oder nicht mehr sicher einstellbarer Helm darf nicht verwendet werden.

Wartung und Unterhalt organisieren

Ein Helm braucht eher wenig Pflege, aber klare Zuständigkeiten. Der Betrieb legt fest, wer die Ausrüstung kontrolliert, Ersatzteile beschafft und Helme aussondert.

Die Reinigung der Helme erfolgt gemäss Herstellerangaben. In der Regel genügen lauwarmes Wasser und ein mildes Reinigungsmittel. Lösungsmittel (auch aus Filzstiften), aggressive Reiniger, Farben und bestimmte Klebstoffe z.B. aus Aufklebern können Kunststoffe schädigen. Abnehmbare Schweissbänder und Polster können bei Bedarf gereinigt oder ersetzt werden.

Helme werden trocken, sauber und vor direkter Sonneneinstrahlung, Hitze, Frost und Chemikalien geschützt gelagert. Die Hutablage oder Frontscheibe eines Fahrzeugs ist kein geeigneter Aufbewahrungsort. Dort können hohe Temperaturen und UV-Strahlung das Material vorzeitig altern lassen. Schwere Gegenstände dürfen nicht auf dem Helm deponiert werden.



Ersatzteile müssen vom Hersteller für das jeweilige Modell vorgesehen sein

Nach einem harten Schlag oder Aufprall ist der Helm sofort zu ersetzen, auch wenn kein Schaden sichtbar ist. Ebenfalls auszusondern sind Helme mit Rissen, Verformungen, sprödem Material, nicht behebbaren Funktionsmängeln oder überschrittener Gebrauchsdauer (siehe Herstellerangaben). Die Lebensdauer kann je nach Material, Nutzung und Lagerung unterschiedlich sein.



Als Bestandteil einer Persönlichen Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA) muss auch ein Helm regelmässig durch eine fachkundige Person geprüft werden.