



Richtige Sitzposition im Auto rettet Leben: Tipps für die Fahrt in die Ferien

Bern, 7. Juli 2020. Besonders auf langen (Ferien)-Fahrten ist die Versuchung gross, die Sitzposition zu verändern und beispielsweise eine liegende Position einzunehmen. Doch nur mit optimal eingestelltem Sitz und Lenkrad kann der Fahrer in Notsituationen schnell und effektiv reagieren. Rückhaltesysteme wie Airbags und Sicherheitsgurte schützen bei einem Unfall nur dann, wenn die Sitzposition stimmt. Der TCS hat die Insassensicherheit und die Verletzungsschwere bei verschiedenen Sitzkonstellationen untersucht.

Dass es keine gute Idee ist, auf der Fahrt in die Ferien als Beifahrer ein Nickerchen in liegender Position zu machen, zeigte der vom TCS in Zusammenarbeit mit dem ADAC durchgeführte Crashtest sehr deutlich. Für den Test wurde der Beifahrer Dummy in eine halbliegende Position versetzt. Zusätzlich wurden seine Füsse auf dem Armaturenbrett platziert. Der Fahrer-Dummy wurde in eine „bequeme“, zurücklehrende Position mit mehr Abstand zum Lenkrad gesetzt. Beim Test kollidierte das Fahrzeug mit 64 Km/h frontal mit einem stehenden Hindernis.

Testergebnisse

Der 3-Punkt-Gurt konnte die Dummies in den Testpositionen nicht ausreichend sichern. Aufgrund der veränderten Sitzpositionen brauchten Kopf und Oberkörper länger bis zum Airbag, wodurch der Fahrer auf das Lenkrad bzw. der Beifahrer-Dummy auf das Armaturenbrett prallte. Als weitere Folge verdrehte sich der Oberkörper und schlug beim Rückschlag auf die B-Säule des Fahrzeugs auf. Der Aufprall des Kopfes direkt auf das Lenkrad, was bei nicht funktionierendem Airbag oder bei älteren Fahrzeugen ohne Airbag der Fall sein kann, würde zu schweren oder gar tödlichen Kopfverletzungen führen. Zudem steigt beim Aufprall in liegender Position (Beifahrer) die Gefahr, unter dem Beckengurt durchzurutschen, woraus schwere Rumpferletzungen resultieren.

Schwere oder tödliche Verletzungen bei Füßen auf dem Armaturenbrett

So verlockend es auch ist, die Tests haben gezeigt, dass der Beifahrer die Füße während der Fahrt keinesfalls auf das Armaturenbrett legen sollte. Infolge der hochgelagerten Beine beim Beifahrer hatte der Airbag bei den Tests keinerlei Schutzwirkung. Im Gegenteil, der sich öffnende Airbag schlug die hochgelegten Beine gegen den Oberkörper und Kopf des Dummies. Im Falle eines Unfalls würde dies zu schweren oder tödlichen Verletzungen des Rumpfs und des Kopfs führen.

Tipps zur richtigen Sitzhaltung im Auto

Dass die korrekte Sitzposition im Auto unter Umständen Verletzungen vermeiden und sogar Leben retten kann, haben verschiedene Crashtests gezeigt. Der TCS empfiehlt Fahrzeuglenkenden, Beifahrern und weiteren Autoinsassen daher, sich beim Sitzen im Auto an die folgenden Punkte zu halten:

- Auch auf langen Fahrten ist es wichtig, dass Lenker und Beifahrer korrekt und bequem sitzen. Grundsätzlich sollte die Sitzhöhe so gewählt sein, dass man über eine gute Rundumsicht verfügt.
- Der Abstand des Lenkers zum Lenkrad sollte zwischen 25 und 30 Zentimetern liegen. Wer verkrampft und zu nah am Steuer sitzt, riskiert, schneller zu ermüden. Ausserdem verunmöglicht eine falsche Sitzposition im Ernstfall eine rasche Reaktion des Fahrzeuglenkers.
- Die Rückenlehnen sollten beim Fahrzeuglenker und auch beim Beifahrer senkrecht stehen. Bei der Betätigung der Pedale dürfen die Knie nicht durchgestreckt werden. Der Beifahrer sollte seine Beine immer im Fussraum halten.
- Um bei einem Auffahrunfall bestmöglich geschützt zu sein, sollte die Nackenstütze so hoch wie möglich, maximal jedoch bis zur Kopfoberkante reichen.

Kontakt: Sarah Wahlen, Mediensprecherin TCS, 058 827 34 03, 079 123 46 91, sarah.wahlen@tcs.ch
www.presetcs.ch, www.flickr.com

Touring Club Schweiz – immer an meiner Seite

Grösster Mobilitätsclub der Schweiz | gegründet 1896 | 24 Sektionen schweizweit | rund 1.5 Mio. Mitglieder | 1'600 Mitarbeiter | 210 Patrouilleure | 360'000 Panneneinsätze | 81% Weiterfahrquote | 55'000 Hilfeleistungen der ETI-Zentrale | 5'700 medizinische Abklärungen und 1'300 Patiententransporte | 21 Technische Zentren | 143'000 Fahrzeugchecks | 15 Fahrtrainingspisten | 9'000 Fahrtrainings mit über 123'000 Teilnehmern | 8 Rechtsschutz-Leistungszentren | 40'000 Rechtsfälle und über 7'000 telefonische Rechtsauskünfte | 29 Campings mit 650'000 touristischen Logiernächten | Abgabe von 80'000 Leuchtwesten für Erstklässler