

## **Rettungswesten und Schwimmhilfen\* retten Leben!**

\* Der beim Kanusport umgangssprachliche Ausdruck Schwimmweste ist irreführend. Die im Kanusport sehr verbreiteten Feststoffwesten werden nach DIN 12402 offiziell als Schwimmhilfe bezeichnet. Aufblasbare Westen mit einem Auftrieb >100 N sind als Rettungswesten zu bezeichnen (s. Anlage 1).



**Der Deutsche Kanu-Verband fordert alle Kanusport Treibenden auf, bei der Ausübung des Kanusports grundsätzlich Schwimmhilfen oder Rettungswesten zu tragen.**

### **Küsten- und Seengewässer:**

Durch Wind, Wellen und Strömung kann es in Küsten- und Seengewässern schnell zu einer Kenternung mit Ausstieg kommen. Eine entsprechende Weste ist in solchen Situationen unerlässlich. Sie hilft dem Schwimmer, an der Wasseroberfläche und gleichzeitig handlungsfähig zu bleiben. Damit ermöglicht sie den Wiedereinstieg in offenem Gewässer, sichert dem Verunglückten bei missglücktem Wiedereinstieg evtl. die nötige Zeit, am Leben zu bleiben, bis die Rettung eintrifft. Rettungswesten oder Schwimmhilfen in Signalfarben ermöglichen Rettern, den Verunglückten schneller zu finden und Hilfestellung zu leisten. An steinigem/felsigen Küstenabschnitten schützt sie, evtl. zusammen mit einem Helm, vor Verletzungen beim Kentern.

### **Wildwasser:**

Im Wildwasser werden ausschließlich Schwimmhilfen eingesetzt. Auf einen Schwimmer kommen in diesem Revier zusätzliche Gefahren wie Verblockung, Baumhindernisse, schnelle Strömung, Walzen und Unterspülungen hinzu. Auf eine adäquate Schwimmhilfe kann daher nicht verzichtet werden. Sie hält den Schwimmer in der Regel an der Wasseroberfläche und dient ggf. auch als Prallschutz. Der Verunglückte kann so einem gefährlichen Hindernis ausweichen und, wenn möglich, aktiv ans Ufer schwimmen. Auch die Rettung vom Boot oder vom Ufer aus wird durch das Tragen einer Rettungsweste oder Schwimmhilfe erheblich vereinfacht.

### **Kleinflüsse:**

Baumhindernisse, niedrige Stege und Wehre können hier zu Kenternungen führen. Passieren diese an tiefen Stellen, ist das Tragen einer Schwimmhilfe oder Rettungsweste für den Verunglückten, aber auch für den Retter sinnvoll.

### **Großgewässer und Schifffahrtsstraßen:**

Auf größeren Flüssen bzw. Schifffahrtsstraßen wie Donau, Rhein, Elbe, Weser ist die Strömung meist so stark, dass nicht mehr dagegen angeschwommen werden kann. Als Schwimmer verlängert sich damit die Zeit, bis der Gekenterte wieder an das rettende Ufer gelangt. Das Tragen einer geeigneten Weste wird auf Großgewässern und Schifffahrtsstraßen dringend empfohlen.

### **Kinder und Jugendliche / Schulsport:**

Gerade beim Training und bei Ausfahrten mit Kindern und Jugendlichen sollten alle Teilnehmer Schwimmhilfen oder Rettungswesten tragen. Die o.a. Gefahren sind für Kinder und Jugendliche gravierender. Deshalb sollten der erhöhten Gefährdung Rechnung getragen und immer Schwimmhilfen oder Rettungswesten verwendet werden.

### **Vorbildfunktion von Fahrtenleitern, Übungsleitern, erfahrenen Paddlern:**

Leiter von Fahrten und Trainingseinheiten, aber auch erfahrene Paddler haben durch ihre Autorität eine besondere Vorbildfunktion. Kinder, Jugendliche und Anfänger nehmen sich häufig ein Beispiel an diesen Personen. Deshalb sollten gerade sie nie ohne Schwimmhilfe oder Rettungsweste ins Boot steigen.

**Tragekomfort:**

Bei hohen Temperaturen werden Feststoffwesten als unangenehm empfunden. Das ist allerdings kein Grund, keine Schwimmhilfe zu tragen. Gerade im Touringbereich bitten sich Semiautomatikwesten mit >100 N an, die kaum auftragen, aber im Ernstfall das Überleben sicherstellen können.

**Auswirkungen im kalten Wasser:**

Schwimmen im kalten Wasser (<15°C) ist lebensgefährlich. Auch eine entsprechende Kälteschutzkleidung kann die Überlebenszeit nur verlängern. Mit dem Kräfteverlust, bedingt durch die Kälteeinwirkung, sind nach einiger Zeit keine kontrollierten Schwimmbewegungen mehr möglich. Ohne den unterstützenden Auftrieb durch Schwimmhilfe oder Rettungsweste ist ein Ertrinken sehr wahrscheinlich.

**Bewusstlosigkeit:**

Bei Bewusstlosigkeit, z.B. ausgelöst durch Atemnot nach Kenterung im kalten Wasser, schützen die Schwimmhilfen oder Tubes leider nicht vor dem Ertrinken, da der Körper des Bewusstlosen nicht auf den Rücken gedreht wird und die Atemwege nicht freigehalten werden. Dies leisten nur aufblasbare (Semi-)Automatikwesten oder Feststoff-Rettungswesten mit ohnmachtssicherem Kragen. Letztere sind aber für den Kajaksport zu unhandlich. Feststoffwesten ohne Kragen helfen nur, wenn Retter in der Nähe sind. Das Opfer wird an der Wasseroberfläche gehalten und kann von den Rettern durch die bessere Sichtbarkeit leichter gefunden und geborgen werden.

**Dunkelheit:**

Schwimmeinlagen in der Dunkelheit sind besonders gefährlich. Eine Schwimmhilfe oder eine Rettungsweste mit Notblitzleuchte ist obligatorisch. Ohne eine entsprechende Beleuchtung darf man bei Dunkelheit oder unsichtigem Wetter nicht auf das Wasser.

**Wartung:**

Schwimmhilfen- und Rettungswesten unterliegen der Alterung und des Verschleißes. Automatikwesten sollten alle 2 Jahre von einem Fachbetrieb gewartet werden. Schwimmhilfen sind nach ca. 5-10 Jahren zu ersetzen.

**Ausnahmen:**

Sind ausreichende Sicherheitsvorkehrungen getroffen und steht Rettungspersonal am Ufer oder im Wasser bereit, kann z.B. beim Training oder im Wettkampf auf das Tragen von Schwimmhilfen oder Rettungswesten verzichtet werden. Ausdrücklich: nur dann!

**Vergleich innerhalb Europas:**

In Deutschland besteht bisher keine gesetzliche Pflicht zum Tragen einer Rettungsweste oder Schwimmhilfe. Allerdings gibt es revierspezifische Vorschriften (Flussabschnitte, Schleusen, usw.), Vorgaben einzelner Landes-Kanu-Verbände und länderspezifische Regelungen, was den Schulsport angeht.



D. Seehausen

Eine Übersicht über diese Vorschriften in Deutschland und in anderen Ländern ist in Anlage 2 aufgeführt:

**Anlagen:**

1. Differenzierung und Einordnung von Rettungsweste etc.
2. Übersicht Vorgaben zum Tragen von Rettungswesten bzw. Schwimmhilfen inkl. Linksammlung in Deutschland und anderen Ländern

## **Anlage 1:**

### **Differenzierung und Einordnung von Rettungswesten und Schwimmhilfen:**

Die Bezeichnung Schwimmweste ist irreführend. Offiziell unterscheidet man zwischen Rettungswesten und Schwimmhilfen. Diese werden nach DIN EN ISO 12402-Norm in 4 Leistungsklassen unterteilt. Kriterien für die Aufteilung sind der Auftrieb (angegeben in Newton [N])\* , die Ohnmachtssicherheit und die typischen Gewässer, in denen diese Schwimmwesten und Schwimmhilfen eingesetzt werden.

\* Newton ist die offizielle Einheit für die Gewichtskraft bzw. den Auftrieb. 9,81 Newton entsprechen 1 kg. Masse, 50 N Auftrieb entsprechen dann vereinfacht gesagt einem zusätzlichen Auftrieb von ca. 5 kg Körpermasse.

#### **Klasse 50 (35-50 N Auftrieb): Schwimmhilfen (Kanu-Jargon Schwimmweste):**

Diese im Kajak-Sport weit verbreiteten Feststoffwesten sind nur für gute Schwimmer geeignet. Sie sollten nur in Bereichen eingesetzt werden, in denen Hilfe von außen oder durch Kameraden möglich ist oder auf Gewässern, bei welchen das Ufer noch schwimmend erreicht werden kann. Diese Schwimmhilfen sind nicht ohnmachtssicher. Der Mindestauftrieb der Schwimmweste hängt von Gewicht des Trägers ab. Bei Kindern mit einem Gewicht unter 40 kg reichen 35 N aus. Bei Erwachsenen zwischen 40 und 60 kg Gewicht reichen 40 N aus, Zwischen 60 und 70 kg sind es 45 N, und über 70 kg muss die Schwimmhilfe einen Auftrieb von mindestens 50 N haben.

#### **Klasse 100 (100 N Auftrieb): Rettungsweste:**

Diese Weste, meist eine Feststoffweste, ist eher bei den Seglern verbreitet und wird in Binnengewässern und geschützten Revieren eingesetzt. Sie ist nur eingeschränkt ohnmachtssicher.

#### **Klasse 150 (150 N Auftrieb): aufblasbare Rettungsweste:**

Ab 150 N werden Rettungswesten aufgrund des Tragekomforts nur als aufblasbare Westen produziert und angeboten. Für den Kanusport ist es wichtig, dass die Aufblasvorrichtung vom automatischen Betrieb auf eine manuelle Auslösung umgeschaltet werden kann. Die automatische Auslösung arbeitet in der Regel über eine Zellosetablette, die bei Wasserkontakt aufgelöst wird und dadurch den Aufblasvorgang startet. Für Kanuten, die immer mit Spritzwasser oder einer Kenterung mit anschließender Rolle rechnen müssen, ist die automatische Auslösung daher ungeeignet. Das Aufblasen der Rettungsweste erfolgt durch eine kleine Kohlendioxidkartusche, welches durch die Automatik oder die manuelle Auslösung initiiert wird.

Diese Weste kann in allen Gewässern verwendet werden und ist ohnmachtssicher. Das Tragen von Kälteschutzkleidung (Trockenanzug) kann die Ohnmachtssicherheit allerdings einschränken.

### **Klasse 275 (275 N Auftrieb): aufblasbare Rettungsweste:**

Diese Weste ist für die hohe See und extreme Bedingungen gedacht. Die Ohnmachtssicherheit ist auch beim Tragen von Kälteschutzausrüstung gegeben. Für die Verwendung im Kanusport muss auch hier die Umschaltbarkeit von Automatik auf manuelle Auslösung gegeben sein.

Die aufblasbaren Westen der Klassen 150 und 275 haben Vorteile beim Tragekomfort und bieten im aufgeblasenen Zustand mehr Sicherheit als 50-N-Feststoffwesten. Allerdings sind auch einige Nachteile zu nennen: Bei einer Kenterung mit Ausstieg muss der Aufblasvorgang manuell ausgelöst werden. Man hat also in den ersten Momenten als Schwimmer keinen Auftrieb durch die Rettungsweste. Im Falle einer Bewusstlosigkeit kann dies fatale Folgen haben. Des Weiteren sollten diese Westen alle 2 Jahre von einem Fachbetrieb gewartet werden.

### **Rettungstubes:**

Im SUP-Bereich (SUP: Stand-Up-Paddling) sehr verbreitet sind aufblasbare Rettungsbojen (sog. Tubes; z.B. von der Fa. Restube) mit ca. 75 N Auftrieb. Diese Bojen sind nicht Bestandteil der DIN 12402 und sind daher **nicht als Ersatz von Schwimmhilfen oder Rettungswesten** anzusehen. Die Tubes blasen sich nach der Betätigung des manuellen Auslösers auf. Automatische Auslösungen sind für den Kanusport nicht geeignet. Diese werden nur von professionellen Rettungsdiensten (DLRG, DRK-Wasserwacht) verwendet. Auch bei Tubes fehlt bis zum Abschluss des Aufblasvorgangs der volle Auftrieb. Anschließend muss der aufgeblasene Tube mit beiden Armen umschlossen werden. Das Schwimmen wird dadurch erschwert, eine Hilfestellung für andere Schwimmer ist daher fast unmöglich. Diese Rettungsbojen sollten daher nur mit größter Umsicht verwendet und nur auf stehendem Wasser eingesetzt werden. Der Einsatz bei Wind und Wellengang sollte nur erfolgen, wenn andere Rettungsmöglichkeiten (Kollegen, Ufernähe, Absicherung von außen) schnell verfügbar sind.

### **Anlage 2:**

[www.kanu.de](http://www.kanu.de) > [Service](#) > [Downloads](#) > [Freizeitsport](#) > [Sicherheit & Material](#) > [Schwimmhilfen und Rettungswestenpflicht - Übersicht](#)