



## Mehr Sicherheit bei Wassersport und Freizeit an Binnengewässern!

**Die Badesaison hat begonnen, Freibäder und offene Gewässer wie Seen und Flüsse locken bei Hitze und Sonne tausende Menschen. Die DLRG in Rheinland-Pfalz ist während der Badesaison vieler Orts im Wachdienstesinsatz, um im Notfall helfen zu können. Doch genauso wichtig ist Prävention, der sich die Lebensretter verschrieben haben. Besonders wichtig dabei sind Information und Aufklärung in Zusammenarbeit mit den Medien.**

Das Schwimmen in Flüssen, sprich in fließenden Gewässern ist mit Gefahren verbunden. Gleiches gilt für stehende Gewässer wie Stau- und Baggerseen oder große Teiche. Beide Gewässerarten bergen unterschiedliche und mitunter große Gefahrenpotentiale. Wer diese gut kennt und sich darüber informiert, macht einen ersten wichtigen Schritt, um für mehr Sicherheit im und am Wasser zu sorgen. Denn mit Vernunft und umsichtigem Verhalten kann man in diesen Gewässern schwimmen und dort seine Freizeit verbringen. Folgende Gefahren sollte jeder, der an und in fließenden und stehenden Gewässern Erholung sucht, kennen:

### **Gefahren fließender Gewässer**


Ob Rhein, Mosel oder auch die „kleinere“ Flüsse wie die Nahe, die Gefahren sind weitestgehend die gleichen. Geschwindigkeit und Kraft der Strömung im Fluss hängen wesentlich vom Wasserstand, aber auch vom Flusslauf ab. Hohe Pegelstände bedeuten eine hohe Fließgeschwindigkeit. Im Rhein beispielsweise stemmt sich auch ein kräftiger Erwachsener nicht mehr gegen die starke Strömung, wenn er in brusttiefem Wasser steht. Und das gilt schon für normalen Wasserstand! In Kurven drängt die Strömung nach außen. Schwimmer dürfen die Strömung nie unterschätzen! Wer von ihr abgetrieben wird, sollte auf direktem Weg das ihm nahe Ufer anschwimmen. Gegen den Strom zurück zu schwimmen gelingt vor allem in den großen Flüssen auch trainierten Schwimmern nicht. Der kraftraubende

Versuch wird bei Erschöpfung schnell lebensbedrohlich. Daher sollte niemand versuchen, einen großen Fluss schwimmend zu überqueren. Mag eine Mutprobe unter Jugendlichen oder die Eisdiele am anderen Ufer noch so verlockend sein, die Vernunft muss hier die Oberhand behalten!

An Landzungen, Kiesbuchten und den steinernen Krippen, die für den Rhein, aber auch die Mosel typisch sind, herrschen oft Strudel, Sogwirkung oder Gegenströmungen. Zwischen zwei Krippen beispielsweise, steht das Wasser oft trügerisch still. Doch schwimmt man über das „Ende“ der Krippe hinaus, wird man plötzlich vom Strom mitgerissen.

### **Kinder sind besonders gefährdet!**


Kinder sind besonders gefährdet, denn sie können die Tragweite und Konsequenzen ihres Handelns noch nicht überschauen. Sie handeln risikoreicher, ahnungsloser und unbekümmerter und können Gefahrensituationen kaum einschätzen. Sorglose Spiele und mangelnde Wachsamkeit am Ufer oder im Wasser sind die Folge, denn Wasser ist für Kinder sehr verlockend. Das Kinder körperlich noch viel weniger als Erwachsene dazu fähig sind, Strömungen, Strudeln und anderen Gefahren zu entrinnen, liegt auf der Hand.

 *Es ist oberste Pflicht der Eltern, ihre Kinder nie unbeaufsichtigt am und im Wasser spielen zu lassen und das gilt für jedes Gewässer! Eltern oder Aufsichtspersonen sollten mit wenigen Schritten bei den Kindern sein können, um im Notfall sofort einzugreifen.*

Eine unbekannte Badestelle sollte der Erholungsuchende erkunden und sich bei ortskundigen Personen informieren. Auskunft geben auch gerne örtliche DLRG-Gliederungen. Eine der Baderegeln, die jedes Kind lernt, lautet: Unbekannte Gewässer bergen Gefahren. Und deshalb gilt: Wer diese Gefahren kennt, kann ihnen aus dem Wege gehen.

## **Schiffsverkehr als Gefahrenquelle**

Unzählige Berufs- und Frachtschiffe befahren die großen Binnenwasserstraßen wie den Rhein oder die Mosel. Die Fahrrinne wird durch grüne und rote Bojen markiert, und muss nicht immer unbedingt durch die Flussmitte verlaufen. Diese Fahrrinne ist aufgrund sehr hoher Gefahr für Schwimmer absolut tabu! „Dickschiffe“ erzeugen einen starken Sog, der Menschen unerbittlich unter das Schiff, oder in die Schiffsschraube zieht. Frachtschiffe können nicht, wie ein PKW, auf wenigen Metern eine Vollbremsung machen. Bis zum Stillstand legt das Schiff bis zu einem Kilometer zurück. Dann sind im Sommer zahlreiche Sportboote und Yachten unterwegs, die von mal mehr, mal weniger erfahrenen Freizeitkapitänen gesteuert werden. Manchmal ist es mit deren Fähigkeiten und Vernunft schlecht bestellt. Statt in Fahrtrichtung zu blicken, wird am Bordradio hantiert oder der Bootsfahrer ist sonst irgendwie abgelenkt. Schon wird ein Schwimmer übersehen. Wo reger Sportbootverkehr herrscht, ist also besondere Vorsicht wichtig. Schwimmer sollten immer mit Fehlverhalten von Sportbootfahrern rechnen.

 *Niemals im Fahrwasser und Einzugsbereich (Häfen, Verladanlagen, etc.) der Berufsschifffahrt schwimmen! Schleusen, Stauwehre und andere Wasserbauwerke sind gefährlich und tabu! Auch der Sportbootverkehr birgt Gefahren!*

## **Still ruht der See?**

Hängen viele der Gefahren an Flüssen mit der Strömung zusammen, so lauern in See und Teich andere Gefahren. Auch hier gilt, dass Kinder niemals unbeaufsichtigt am und im Wasser spielen dürfen, vor allem, wenn sie noch nicht schwimmen können. Baggerseen, Stauseen, aber auch große Schwimmteiche bergen mehrere Risiken, die nicht gleich mit dem bloßen Auge erkennbar sind. So weisen diese Gewässer unter der Wasseroberfläche teilweise starken Pflanzenwuchs auf. In den mitunter großen, langen Pflanzen können sich Schwimmer verheddern. Daher gilt es, ein solches Gewässer zunächst zu erkunden, bevor man gewagte Sprünge oder kleine Tauchexpeditionen mit der Schnorchelausrüstung macht.

Auch im Sommer droht ein Kältetod! Größere Seen sind meist nur an der Oberfläche warm. In ca. 2 Metern Tiefe fällt die Temperatur rapide um etliche Grad Celsius ab. Manchmal dringen auch so genannte „Kälte-Linsen“ – das sind Bereiche mit eiskaltem Wasser aus tieferen Schichten – punktuell bis an die Oberfläche durch. Springt ein Badegast, nach langem Sonnenbad erhitzt, ins Wasser, kann er schnell unter diese „Temperatursprungschicht“ geraten. Oder man schwimmt durch eine solche Kälte-Linse. Der Körper wird schlagartig sehr stark abgekühlt und kann einen Kreislaufschock bzw. –stillstand erleiden. Daher sollte sich jeder grundsätzlich vorsichtig abkühlen, bevor er ins Wasser geht.

### **Baggerseen bergen besondere Gefahren**

Die beliebten Baggerseen sind dann besonders gefährlich, wenn diese nicht stillgelegt sind, sondern noch aktiv zur Sand- und Kiesgewinnung genutzt werden. Die schwimmenden Maschinen haben oft auch unter Wasser Bauteile, Spanndrähte und Rohrleitungen, an denen Schwimmer sich verletzen können. Und auch Strom führende Aggregate können große Risiken bergen. Wenn die Anlagen in Betrieb sind, kann es beispielsweise durch starke Sogwirkung zur Gefährdungen kommen. Deshalb gilt grundsätzlich: Solche Maschinen sind weder Klettergerüste noch Ersatzsprungturm für Badegäste und man sollte auch nicht in der Nähe schwimmen. Verbotsschilder sind hier nicht umsonst vorhanden.

### **Der Teich ist ja nicht tief?**

Dieser vermeintliche Trugschluss hatte schon oft tödliche Folgen. Ein Mensch, und vor allem auch spielende Kinder, können schon in sehr flachem Wasser ertrinken. Im Ohnmachtsfall genügen schon 20 Zentimeter Wassertiefe um zu ertrinken, wenn das Opfer mit dem Gesicht voran hineinfällt. Deshalb ist auch der kleine Gartenteich oder das aufblasbare flache Planschbecken nur dann als Spielplatz für Kinder geeignet, wenn eine Aufsichtsperson dabei ist und bleibt.

## Die Baderegeln

Diese Regeln lernen Kinder und Jugendliche für die Schwimmabzeichen. Doch auch Erwachsenen bieten sie nützliche Weisheiten und wertvolle Tipps für mehr Sicherheit im und am Wasser.

1. Mache Dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut!
2. Niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden!
3. Kühle Dich ab, ehe Du ins Wasser gehst, und verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst!
4. Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust ins Wasser gehen!
5. Nur springen, wenn das Wasser unter Dir tief genug und frei ist!
6. Unbekannte Ufer bergen Gefahren!
7. Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!
8. Schifffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezonen!
9. Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich!
10. Überschätze im freien Gewässer nicht Kraft und Können!
11. Luftmatratze, Auto-schlauch und Gummireifen sind im Wasser gefährliches Spielzeug!
12. Schwimmen und Baden an der See ist mit besonderen Gefahren verbunden!
13. Nimm Rücksicht auf andere Badende, besonders auf Kinder!
14. Verunreinige das Wasser nicht und verhalte Dich hygienisch!
15. Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne Dich ab!
16. Meide zu intensive Sonnenbäder!
17. Rufe nie um Hilfe, wenn Du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn Hilfe Not tut!

## Aufblasbares Wasserspielzeug

Aufblasbare Wasserspielsachen gibt es reichlich. Mal ist es ein Schwimmreifen, mal die bekannten Schwimmflügel, mal die Luftmatratze oder ein großes Gummireifen. Diese sind herrliche Spielzeuge und mehr nicht! Keiner dieser „Auftriebskörper“ ist eine Schwimmhilfe und absolut ungeeignet, den Ertrinkungstod zu verhindern oder als Rettungsmittel zu dienen. Warum? Ganz einfach! Kein aufblasbares Spielzeug, weder Schwimmring noch Schwimmflügel können den Kopf über Wasser halten, wenn eine Ohnmacht oder Bewusstlosigkeit eintritt. Einzig eine vollwertige Ohnmacht-sichere und DIN-geprüfte Rettungsweste, kann durch ihre speziellen Auftriebskräfte einen Körper im Wasser auf den Rücken drehen und zugleich den Kopf über Wasser halten und so dem Ertrinken entgegenwirken.

## Sicherheit auf Sportbooten und Wassersportgeräten

Im Sommer sind gerade auf den Flüssen viele Sportboote, Jetskis und andere Freizeit-Wasserfahrzeuge unterwegs. Hier sollten die Besatzungen und vor allem die Fahrer einige Sicherheitsmaßnahmen beachten. Kinder und Nichtschwimmer, eigentlich aber alle Passagiere, sollten auf alle Fälle vollwertige Ohnmacht-sichere Schwimmwesten mit gültiger TÜV-Prüfung tragen. Das gilt erst recht auf Jetskis, Paddelbooten, aber auch auf Wasserskiern oder anderen „Schleppspielzeugen“. Motorisierte Wasserfahrzeuge haben zwischen und in der Nähe von Schwimmern absolut nichts zu suchen! Auch für Sportboote gilt analog § 1 der Straßenverkehrsordnung: „Jeder Verkehrsteilnehmer hat sich so zu verhalten, dass kein Anderer geschädigt, gefährdet oder mehr, als nach den Umständen unvermeidbar, behindert oder belästigt wird.“

### **TIPP: TÜV für Schwimmwesten nicht vergessen!**

*Sportbootfahrer sollten vor Saisonbeginn die TÜV-Gültigkeit Ihrer Schwimmwesten prüfen. Mit gültiger TÜV-Abnahme ist die einwandfreie Funktionstüchtigkeit der Schwimmweste sichergestellt. Bei selbst aufblasenden Schwimmwesten auch immer die Druckgaspatrone prüfen und ggf. austauschen!*

## **Dreckbrühe oder saubere Sache?**

Zum Schluss die Frage nach der Sauberkeit der Gewässer. Der Rhein und die anderen Flüsse in Rheinland-Pfalz sind meist sauber genug, um darin schwimmen zu können. Zudem sorgt die Tatsache, dass es Fließgewässer sind, für permanenten Wasseraustausch. Doch sollte man vermeiden, Wasser in den Mund zu nehmen oder gar zu schlucken, denn natürlich haben die Flüsse bei weitem nicht die Qualität von Leitungs- oder Schwimmbadwasser. Gerade bei Kindern sollte man hier aufpassen. Außerdem sollte man nach dem Tag am Wasser daheim auf jeden Fall gründlich duschen. Wer empfindlich oder gesundheitlich angeschlagen ist, sollte auf das Bad im Fluss verzichten. Im Bereich von Industrieanlagen und deren Zuleitungen, aber auch im Bereich von Häfen und Stellen, an denen man mit Schmutzeintrag rechnen muss, sollte man nicht baden gehen.

### **Weitere Informationen im Internet!**

DLRG bundesweit:  
<http://www.dlrg.de>

DLRG Rheinland-Pfalz  
<http://rheinland-pfalz.dlrg.de>

Bei höherem Wasserstand und nach Hochwasser führen Flüsse sehr häufig Treibgut mit sich, das von überspülten Uferbereichen abgeschwemmt wird. Hier muss man sehr vorsichtig sein, denn an dem oft sehr flach schwimmenden und damit für einen Schwimmer schwer sichtbaren Treibgut, wie Ästen und Stämmen kann man sich verletzen und große Brocken können einen Schwimmer durch die Strömung unter Wasser drücken. Zudem sieht man oft nur das was an der Oberfläche zu sehen ist und ein großer Ast wirkt kleiner als er ist, weil Teile unter Wasser sind.

Baggerseen und andere stehende Gewässer sind in Sachen Sauberkeit schwieriger zu beurteilen. Da es sich um stehende Gewässer handelt, findet kein Wasseraustausch statt, es sei denn, der See hätte einen Zu- und Abfluss, wie es bei Stauseen der Fall ist. Das Wasser wird also weder durch Strömung umgewälzt noch ausgetauscht und Dreck oder Belastendes, was darin ist, bleibt darin. Im Sommer kann es durch Hitze und Sonne zur vermehrten Bildung von Keimen aber auch Algen kommen. Spätestens wenn das Wasser unansehnlich aussieht, komisch riecht oder sogar stinkt sollte man nicht mehr baden. Am besten vorab bei lokalen Institutionen erkundigen, wenn man Zweifel hat. Auch hier gilt: Danach gründlich duschen und wer empfindlich oder gesundheitlich angeschlagen ist, sollte verzichten.

## **Fazit: Risiken vermeiden – Wasserfreizeit mit Vernunft genießen**

Bei der Freizeit im und am Wasser gibt es Gefahren und Unannehmlichkeiten. Hier zusammengefasst ein paar einfache und wichtige Merkgeln für die eigene Sicherheit:

1. Kinder dürfen nie allein am und im Wasser spielen, sondern nur unter direkter Aufsicht der Eltern! Eltern sollten in Reichweite sein und damit sind wenige Schritte Abstand gemeint.
2. Schwimmflügel und aufblasbares Wasserspielzeug sind als Schwimmhilfe oder Rettungsmittel völlig ungeeignet.
3. Nie unter Einfluss von Alkohol, Drogen und Rauschmitteln oder starken Medikamenten ins Wasser gehen.
4. Abkühlen vor dem Sprung ins Wasser. Wer nach längerem Sonnenbad stark überhitzt und ohne Abkühlung in die Fluten stürzt, riskiert Kreislaufprobleme bis hin zum Kollaps.
5. Auf mögliche Anzeichen für Probleme achten. Zum Beispiel: Blaue Lippen deuten auf eine beginnende Unterkühlung hin. Vor allem Kinder achten selbst oft nicht darauf.
6. Frachtschiffe verursachen Sog und größere Wellen, die vor allem Kinder in Bedrängnis bringen können. Am Fluss immer die Strömung beachten.
7. Informationen über unbekannte Badestellen einholen, um deren „Problemstellen“ und Gefahren einschätzen zu können.
8. Bei Gewitter raus aus dem Wasser! Wasser leitet Strom, und Blitzschläge ins Wasser sind lebensgefährlich.
9. Auf Wassersportgeräten müssen vor allem von Kindern und Nichtschwimmern geeignete Rettungswesten getragen werden. Diese sollten TÜV-geprüft und Ohnmacht-sicher sein.
10. Nie die Gefahren auch scheinbar harmlos wirkender Gewässer unter- und die eigene Leistungsfähigkeit überschätzen!
11. Kein Wasser schlucken und nach dem Tag am Fluss oder See daheim gründlich duschen. Über Gewässerbelastung informieren auch die (lokalen) Medien
12. Sonnencreme schützt vor einem Sonnenbrand. Gerade mit Kindern lohnt es sich, auch Verbandsmaterial in der Badetasche parat zu haben.



## Appell: Hilfe anderen in der Not!

Wenn man sieht, dass andere Menschen in Not sind, oder Hilfe brauchen, sollte jeder ohne zu zögern handeln und dem anderen die Hilfe leisten, die er selbst in einem Notfall brauchen würde. Wer nicht selbst helfen kann, muss auf alle Fälle Hilfe rufen und andere auf die Notsituation aufmerksam machen! Um einen korrekten Notruf abzusetzen, sollte man zunächst einmal Ruhe bewahren und dann die „Fünf W’s“ beantworten. Die Mitarbeiter der Notrufzentralen helfen beim Absetzen eines Notrufes meist mit konkreten Fragen.

### Der korrekte Notruf

1. WAS GENAU IST PASSIERT?

2.

3. WO GENAU IST ES PASSIERT?

4.

5. WIE VIELE PERSONEN SIND BETROFFEN?

6.

7. WELCHE VERLETZUNGEN UND SCHÄDEN LIEGEN VOR?

8.

9. WER MELDET DEN NOTFALL?

10.

Wichtige NOTRUFNUMMERN:

Mit dem Handy:	Immer 112
Feuerwehr:	112
Polizei:	110

Für weitere Fragen zum Thema, Interviewpartner, statistische Details, etc. Kontakt:

DLRG Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.  
Leiter der Verbandskommunikation

*Andreas Lerg*

In den Weingärten 23

55276 Oppenheim

Fon: 06133 / 93 33 39

Fax: 06133 / 93 33 36

E-Mail: [andreas@lerg.de](mailto:andreas@lerg.de)