

Es muss nicht immer ein neuer sein

REGION. Eine Reifenpanne am Auto ist nicht nur unangenehm und nervig, sie kann auch ordentlich ins Geld gehen. Es muss aber nicht automatisch immer ein neuer Reifen sein. Eine günstigere und dazu noch Ressourcen schonende Lösung ist die Reparatur des Reifens. Doch in welchen Fällen ist eine Reifenreparatur möglich und was ist dabei zu beachten?

„Im Prinzip lässt sich an Reifen sehr viel reparieren“, erklärt Christian Koch, Reifen-Sachverständiger bei DEKRA. Ein kleiner Schaden muss nicht gleich zum Austausch des kompletten Reifens führen. Fachgerecht repariert, kann man ihn oft trotzdem noch lange fahren.

„Es gibt den Mythos, man könne nur Reifen reparieren, die bis zu einer bestimmten Geschwindigkeit zugelassen sind. Das stimmt definitiv nicht“, betont Koch. „Es kommt immer darauf an, wie groß der Schaden ist und in welchem Zustand sich der Reifen insgesamt befindet.“ So darf er beispielsweise nicht im drucklosen Zustand gefahren worden sein. Insbesondere der Bereich, in dem die Lauffläche in die Seitenwand übergeht, darf keine Schäden aufweisen. Motorradreifen dürfen ausschließlich im Bereich der Lauffläche repariert werden.

Beurteilung der Reparaturfähigkeit erfordert Kompetenz und Erfahrung

„Das Knifflige an einer Reifenreparatur ist weniger die Durchführung der Reparatur selbst als die fundierte Beurteilung, ob ein Reifenschaden reparaturfähig ist. Das ist eine komplexe Fragestellung, die in die Hand eines Reifenfachbetriebes mit ausgebildetem und erfahrener Personal gehört“, betont der Sachverständige. Dies ist ein Job mit Verantwortung, denn mit der Reparatur übernimmt der Betrieb die Haftung dafür, dass der Reifen verkehrssicher und in seinen Gebrauchseigenschaften wieder genauso gut ist wie das Original.

Demontage von der Felge gesetzlich vorgeschrieben

Um zu beurteilen, ob ein Reifen für eine Reparatur geeignet ist, ist es zwingend erforderlich – und in Deutschland auch gesetzlich vorgeschrieben –, den Reifen von der



Eine Reifenreparatur ist oft günstiger und schont Ressourcen.

Foto: DEKRA

Felge zu demontieren. Nur so kann ihn der Fachmann in seiner Gesamtheit auch von innen prüfen: ob zum Beispiel die Seitenwand unbeschädigt geblieben ist oder der Durchstich zu groß ist. „Bei einer Reifenreparatur von außen fehlt diese Sicherheit. Das Risiko eines Reifenausfalls, unter Umständen bei höheren Fahrgeschwindigkeiten, fährt dann immer mit“, warnt der Experte.

„Aus technischer Sicht ist die eigentliche Reifenreparatur heute kein Hexenwerk mehr“, sagt der DEKRA Reifensachverständige. Sie wird den Verbrauchern gegenüber sogar immer wieder als einfache, in Eigenregie durchzuführende Lösung suggeriert. Der Experte empfiehlt Laien jedoch, die Finger davon zu lassen. Neben Ausbil-

dung, Fachwissen und Erfahrung ist dafür auch das Equipment erforderlich, den Reifen von der Felge zu demontieren.

Im Pannenspray keine Fehler machen

Wer sich die Option für eine Reifenreparatur offenhalten möchte, darf bei einer Panne im Übrigen keine Fehler machen. „Wer etwa ein Pannenspray in den Reifen einfüllt, um den Durchstich von innen her abzudichten, kann den Reifen anschließend nicht mehr reparieren lassen, sondern muss ihn austauschen“, erklärt Christian Koch.

Auch sollte mit plattem Reifen selbst über kurze Strecken nicht weitergefahren werden; dies würde den Reifen zerstören. Es ist auch nicht ratsam, eingefahrene Fremd-

körper aus dem Reifen ziehen, denn das führt unmittelbar zum Druckverlust.

Wichtig zu wissen: Wer im Pannenspray verwendet oder zum Abdichten gummierte Schnüre von außen einbringt, muss zügig eine Werkstatt aufsuchen. „Solche Lösungen sind für nur kurze Strecken geeignet. Es handelt sich nicht um eine Reparatur, sondern lediglich um eine temporäre Wiederherstellung der Gebrauchseigenschaften“, so der Experte.

Eine flexible Lösung für die Reifenpanne bietet ein komplettes Ersatz- oder ein Notrad im Auto, sofern der Platz im Kofferraum ausreicht. Damit wahr man im Fall der Fälle auch die Möglichkeit, den Reifen anschließend reparieren zu lassen.

Rettung in der Sackgasse

REGION. Ein Viertel der deutschen Autofahrer hat schon mal erlebt, dass Einsatzkräfte in der Rettungsgasse steckengeblieben sind. 95 Prozent davon innerhalb der letzten drei Jahre und knapp jeder zweite sogar mehrmals in diesem Zeitraum. Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Befragung von infas quo im Auftrag der DA Direkt Versicherung.

„Berichte über Einsatzkräfte, die wegen fehlender Rettungsgasse zu spät am Unfallort sind, erreichen uns leider immer noch viel zu oft. Wenn sie dann auch noch beschimpft oder gar tätlich angegangen werden, ist dies nicht zu akzeptieren“, sagt Peter Stockhorst, CEO der DA Direkt.

Dass die Aggressivität im Straßenverkehr generell zunimmt, empfindet eine große Mehrheit von 72 Prozent der Befragten. Knapp ein Drittel (29 Prozent) erlebt zudem immer häufiger, dass im Stau keine Rettungsgasse gebildet wird.

Härtere Strafen oder mehr Aufklärungsarbeit?

Autofahrer, die keine Rettungsgasse bilden, drohen laut Bußgeldkatalog 200 Euro, zwei Punkte in Flensburg und ein Monat Fahrverbot. Wenn es zu einer Behinderung oder Gefährdung kommt, sogar deutlich mehr. Nur etwas weniger als der Hälfte der Befragten (43 Prozent) ist das Strafmaß bekannt. Gleichzeitig

halten es 54 Prozent für zu gering. 15 Prozent der Befragten haben nach eigenen Angaben selbst schon mal vergessen, eine Rettungsgasse zu bilden. Davon geben zwei Drittel (66 Prozent) an, dass sie in der Situation nicht daran gedacht haben, da allgemein keine Gasse gebildet wurde, 25 Prozent aufgrund von Ablenkung.

„Die Ergebnisse zeigen aus unserer Sicht, dass der reflexhafte Ruf nach härteren Strafen nicht zwangsläufig zum gewünschten Ergebnis führt. Vielmehr braucht es mehr Sensibilisierung durch wirksame Aufklärung, damit Autofahrer im Stau von sich aus daran denken, die Rettungsgasse zu bilden“, so Peter Stockhorst.

Verlängert bis 31.01.24

Von Vorfreude bis Rückblicke

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch ☎ 0800 12 34 304 (kostenfrei) oder online bestellen unter abo.Neuepresse.de/angebot23

9,90 €
für 4 Wochen

+ 5 €
Rossmann-Gutschein

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland RND

ANZEIGE

Die besten Tipps bei nächtlichem Harndrang

So beugen Sie lästigen nächtlichen „Wanderungen“ auf die Toilette effektiv vor.

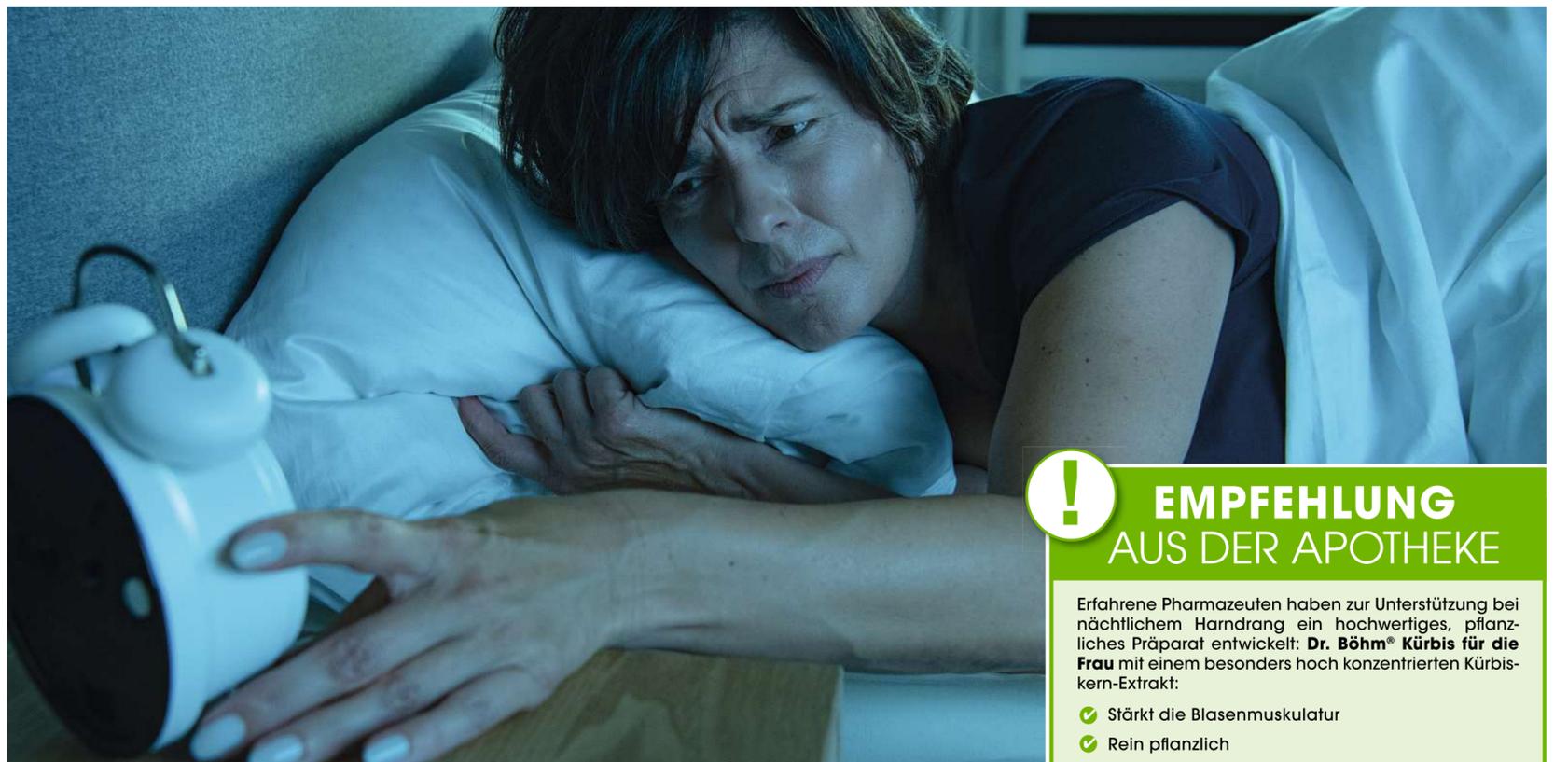
In der Nacht regelmäßig aufstehen, um auf's WC zu gehen – viele kennen das Problem. Schuld ist, was man im Volksmund gerne als sensible Blase bezeichnet. Während bei Männern in der Regel eine vergrößerte Prostata dahintersteckt, findet sich die Ursache bei Frauen in einer gereizten Blasenwand. Diese übermitteln den Nerven dann einen „falschen Füllstand“ und man hat immer häufiger das Gefühl, auf die Toilette zu müssen – obwohl die Blase noch gar nicht voll ist. Besonders häufig sind hormonelle Umstellungen (z. B. in den Wechseljahren) dafür verantwortlich. Die gute Nachricht: Es gibt einige Tipps, die sich schnell umsetzen lassen und mit denen man selbst etwas gegen den nächtlichen Harndrang tun kann.

GENUG TRINKEN!

Viele Betroffene versuchen tagsüber weniger zu trinken, um die nächtlichen Toilettengänge zu reduzieren. Keine gute Idee! Denn je weniger wir trinken, umso stärker wird der Urin in der Blase konzentriert. Das reizt die ohnehin schon beleidigte Blasen-schleimhaut nur noch weiter und kann erst recht zu häufigem Harndrang führen. Etwa zwei Stunden vor dem Schlafengehen kann die Flüssigkeitszufuhr aber ruhigen Gewissens reduziert werden.

BLASE UND BECKEN-BODEN STÄRKEN!

Mit regelmäßigem Beckenboden-Training kann die Blasenmuskulatur gestärkt werden. Das wiederum wirkt sich positiv auf die Häufigkeit



des Harndrangs aus. Eine geeignete Übung ist hier etwa, dieselben Muskeln anzuspannen, wie wenn Sie auf der Toilette den Harnstrahl unterbrechen wollen.

DIE BLASE TRAINIEREN!

Neben dem Beckenboden kann auch die Blase selbst gestärkt werden. Das geht, indem man vorbeugende Toilettengänge (z. B. vor einer langen Autofahrt) vermeidet

oder versucht, den Toilettengang jedes Mal ein bisschen weiter hinauszuzögern. Auch bei starkem Harndrang beruhigt sich die Blase oft nach ein paar Minuten wieder. Man kann so versuchen, die Abstände zwischen den Toilettengängen auszudehnen – jedoch langsam und ohne Stress. Tagsüber durchge- führt kann ein solches Blasen- training langfristig auch nachts einen positiven Effekt zeigen.

HEILPFLANZE KÜRBIS

Auch mit einer natürlichen Heilpflanze kann die sensible Blase unterstützt werden – und zwar mit dem Kürbis, der schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet wird. Heute gibt es zu seiner Wirkung auch wissenschaftliche Belege: Eine Studie etwa zeigt, dass nach der Anwendung eines hochkonzentrierten Kürbiskern-Extraktes der nächtliche Harndrang um fast

die Hälfte gesenkt werden konnte.¹ Idealerweise wird ein solcher Kürbiskern-Extrakt in Tablettenform (z. B. Dr. Böhm® Kürbis für die Frau) über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit den oben genannten Tipps kombiniert. Apotheker wie auch Anwenderinnen haben bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht.

¹Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

! EMPFEHLUNG AUS DER APOTHEKE

Erfahrene Pharmazeuten haben zur Unterstützung bei nächtlichem Harndrang ein hochwertiges, pflanzliches Präparat entwickelt: **Dr. Böhm® Kürbis für die Frau** mit einem besonders hoch konzentrierten Kürbiskern-Extrakt:

- ✔ Stärkt die Blasenmuskulatur
- ✔ Rein pflanzlich
- ✔ Kurmäßige Einnahme empfohlen

Nahrungsergänzungsmittel

Bestehen Sie auf das Original!
Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke gerne für Sie: **PZN 15390969**