Beratungsstelle für
Unfallverhütung

Hodlerstrasse 5a, 3011 Bern
info@bfu.ch bfu.ch

Bern, 24. November 2026

Absender Medienstelle der BFU
Telefon +41 31 390 21 21
E-Mail medien@bfu.ch
Informationen bfu.ch/medien

Medienmitteilung

Skibindung stösst an ihre Grenzen

20 000 Knieverletzungen sind zu viel

40 % der Verletzungen beim Skifahren betreffen das Knie. Viele davon könnten mit moderner Technik verhindert werden. Die heutige Skibindung funktioniert seit 35 Jahren nach demselben Prinzip. Sie verhindert effizient Brüche, schützt die Bänder im Knie jedoch schlecht. Für die BFU ist es höchste Zeit, dieses Sicherheitsdefizit auf die Agenda zu bringen und Innovationen für einen besseren Schutz vor Verletzungen anzustossen.

Skifahren ist der Schweizer Wintersport Nummer 1 – leider auch in der Unfallstatistik. Allein am Knie verletzen sich jedes Jahr über 20 000 Skifahrerinnen und Skifahrer. Das sind fast 40 % aller Verletzungen beim Skifahren. Häufig betroffen ist das Kreuzband. Für die Betroffenen bedeutet das oftmals Operation, Rehabilitation und Einschränkungen im Alltag. Auch der finanzielle Schaden ist enorm: Gesundheits- und Erwerbsausfallkosten belasten die Gesellschaft nach Berechnungen der BFU mit über 100 Millionen Franken pro Jahr.

Heutige Technik ist 35-jährig

Ein wichtiger Grund liegt in den Grenzen der heutigen Skibindung. Sie wurde entwickelt, um Brüche an Unterschenkel und Sprunggelenk zu verhindern. Das kann sie. Diese Verletzungen sind dank der Auslösebindung, die auf das Gewicht angepasst werden kann, stark zurückgegangen. Beim Knie ist der Schutz jedoch ungenügend. Etwa bei langsamen Drehstürzen ist die Krafteinwirkung zu gering, um die Bindung auszulösen, und trotzdem gross genug, um das Kreuzband reissen zu lassen.

Die Skibindung muss lernen, zu denken

Für die BFU ist klar: Dieses Sicherheitsdefizit muss angegangen werden. Die Bindung der Zukunft soll gefährliche Bewegungsmuster erkennen und so präziser steuern, wann sich der Ski vom Bein trennen muss. Eine solche smarte Skibindung wäre ein grosser Schritt für die Sicherheit beim Skifahren.

Aktuelle Bindung schützt, wenn richtig eingestellt

Bis es smarte Skibindungen gibt, bietet die richtig eingestellte Bindung den besten verfügbaren Schutz vor schweren Verletzungen. Wer Ski fährt, sollte die Bindung daher vor jeder Saison im Fachgeschäft kontrollieren lassen. Die BFU-Skivignette bestätigt, dass die Skibindung fachgerecht eingestellt und auf einem kalibrierten Gerät geprüft wurde.

Mehr über die Skibindung und was sie in Zukunft können sollte: www.smarte-skibindung.ch.

Die BFU macht Menschen sicher. Als Kompetenzzentrum forscht und berät sie, damit in der Schweiz weniger folgenschwere Unfälle passieren – im Strassenverkehr, zu Hause, in der Freizeit und beim Sport. Für diese Aufgaben hat die BFU seit 1938 einen öffentlichen Auftrag.