

Persoonlijke beschermingsmiddelen



# HELM IS HOOFDZAAK

G.T.M. Grimberg

Veiligheidshelmen bieden bescherming tegen hoofdletsel door onder andere stoten, vallen of door vallende of wegspringende voorwerpen. In de groene sector betekent dit grofweg, dat bij alle werkzaamheden (zowel handmatig als machinaal) aan bomen en struiken het dragen van een veiligheidshelm aan te bevelen dan wel (wettelijk) verplicht is. Een veiligheidshelm wordt meestal gedragen in combinatie met gehoor- en gezichtsbescherming. Hierop komen we later nog apart terug.

## Diverse uitvoeringen

Er is een groot aantal soorten en merken veiligheidshelmen op de markt. Helmen worden gemaakt van ABS, polycarbonaat of van polyethyleen. Polyethyleen is gevoeliger voor veroudering dan de eerste twee.

Een veiligheidshelm bestaat uit een geprofileerde kunststoffen schaal en een vervangbaar binnenwerk. Dit binnenwerk (zie tekening 1) bestaat uit verstelbare draagbanden van textiel (in verband met zweten liever geen kunststof), en zeemleren zweetstroken en is dus op de hoofdmaat van de gebruiker aan te passen. Er moet altijd een ruimte tussen het hoofd en de helmschaal vrij blijven. De voorkeur verdient een binnenwerk met een zespuntophanging, omdat deze bij een ongeval de druk het beste over het hoofd verdeelt.

Het gootje rondom de helm zorgt voor de waterafvoer en voor stevigheid van de helm. Goedgekeurde helmen zijn

aan weerszijden voorzien van een opening om accessoires zoals gehoorbeschermers en gezichtsbescherming (meestal een gaasvizier) in aan te brengen. Een helm, compleet met deze accessoires wordt een combinatiehelm genoemd, ook wel bosbouw-combi. Om te voorkomen dat takjes, naalden, bladeren, zaagsel en dergelijke in de nek of achter de gezichtsbescherming vallen, worden de helm-accessoires soms aangevuld met een neklap en/of een vizierafdichter (zie tekening 2). Een kinriem verhindert het afvallen van de helm bij veel wind, bij regelmatig naar boven kijken en kan handig zijn wanneer er bij bepaalde werkzaamheden geen gehoorbescherming wordt gebruikt die de helm op het hoofd 'fixeert'.

## Kwaliteit

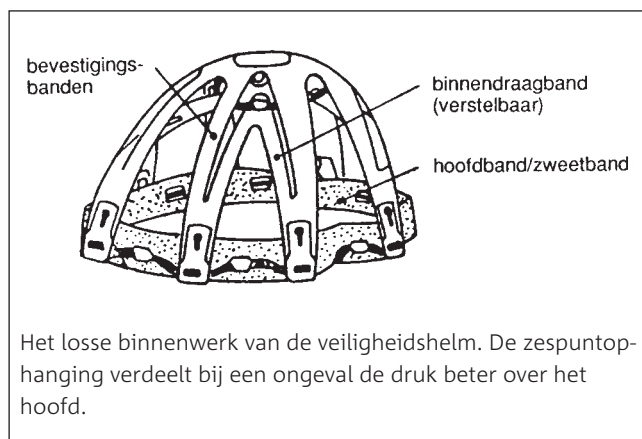
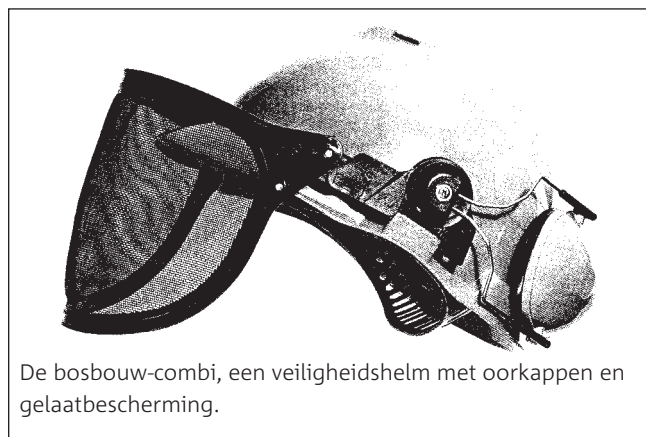
Veiligheidshelmen moeten getest en goedgekeurd zijn volgens de norm EN

397 en voorzien zijn van het CE-keurmerk. Veiligheidshelmen hebben een beperkte levensduur, omdat door veroudering de zogenaamde 'weekmaker' eruit verdwijnt en het materiaal daardoor zijn taaiheid verliest. Door het harder en broos worden verliest de helm zijn beschermende (schokabsorberende) werking. De leeftijd van de helm is daarom controleerbaar: aan de binnenzijde van de klep wordt tijdens het productieproces de maand en het jaar van fabricage ingeperst.

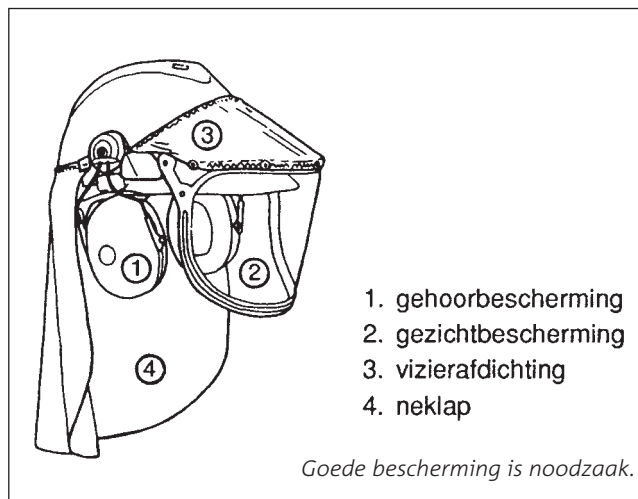
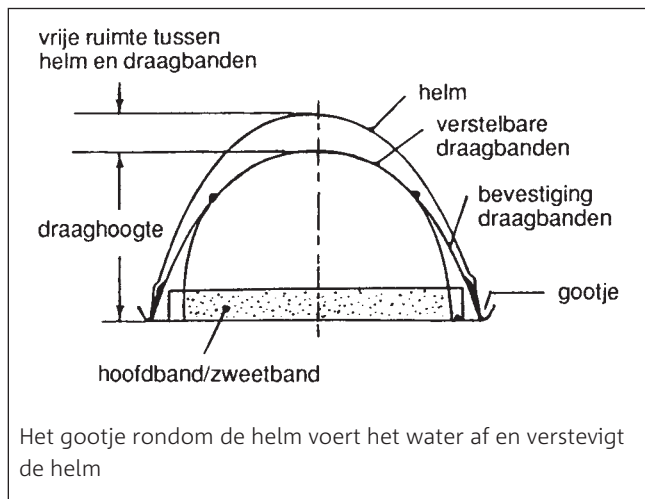
## Gebruik en onderhoud

- Koop geen helm die ouder is dan 1 jaar (SBB: 9 maanden).
- Volg voor het gebruik de instructies op uit de gebruiksaanwijzing.
- Slechts een goed passende helm biedt optimale bescherming; stel het binnenwerk in op de omvang van het hoofd, maar zodanig dat er 1 à 2 vingerdikte ruimte zit tussen het binnenwerk en de helmschaal.
- Houdt de helm net als alle andere persoonlijke beschermingsmiddelen persoonsgebonden.
- Boor geen extra gaten in de helm voor extra ventilatie of voor het bevestigen van accessoires zoals gehoorbeschermers, omdat gebleken is dat de sterkte van de helm hierdoor vermindert en dat de helm op den duur kan inscheuren; maak gebruik van de standaard bevestigingsvoorzieningen in de helm of koop anders een ander merk of type helm.
- Door blootstelling aan daglicht ver-

58



Figuren uit Groenwerk, thema werktuigen.



Figuren uit Groenwerk. thema werktuigen.

drijft de zogenoemde 'weekmaker' in de kunststof waardoor deze hard en bros wordt. De helm biedt dan onvoldoende bescherming. Bewaar helmen wanneer deze niet gebruikt worden op een droge, koele en donkere plaats, bij voorkeur liggend in een rek of hangend aan haken. De hoedenplank in de auto is de meest foute plek die je voor het vervoer van de helm kunt bedenken.

- Onderwerp veiligheidshelmen regelmatig aan de kraaktest: houd de helm met beide handen op oorhoogte en duw voorzichtig de handen naar elkaar toe; als de helm kraakt dan direct vervangen, ook als deze nog geen 3 jaar oud is. (zie foto)



Als de helm kraakt dan direct vervangen. Foto: W. Braun.



Foto: G.T.M. Grimberg.

- Veiligheidshelmen niet langer gebruiken dan 3 jaar na de productiedatum (zie inscriptie in de helmklep).
- Controleer veiligheidshelmen regelmatig op beschadigingen en vervang

ze indien ze zijn gevallen of een zware klap hebben gehad (in verband met kans op haarscheurtjes), erbarsten en breuken waarneembaar zijn of als het binnenwerk is bescha-

digd en niet vervangen kan worden.

- Reinig de helm, het binnenwerk en de helmaccessoires regelmatig en gebruik daarvoor hooguit water met een onschadelijk schoonmaakmiddel. In geen geval oplosmiddelen, benzine en dergelijke omdat deze stoffen de helm kunnen aantasten.
- Plak geen stickers op de helm en verf de helm niet vanwege schadelijke inwerking van chemische stoffen.
- Vervang jaarlijks of op zijn minst halverwege de gebruiksduur van de helm (na maximaal 1,5 jaar) het binnenwerk. Vervang de zweetband naar behoefte maar in ieder geval na 6 maanden.

G.T.M. Grimberg werkt bij het IKC Natuurbeheer, afdeling Bos.