

Sicherheitsinformation für Funktionsbekleidung

Zweck von Funktionsbekleidung:

- **Funktionsbekleidung** ist speziell entwickelte Kleidung, die den Körper bei **sportlichen Aktivitäten, Outdoor-Abenteuern** und in **extremen Wetterbedingungen** unterstützt. Sie ist darauf ausgelegt, **Feuchtigkeit abzuleiten, Wärme zu regulieren** und vor **Witterungseinflüssen** wie Wind, Regen oder UV-Strahlung zu schützen. Um sicherzustellen, dass Funktionskleidung effektiv funktioniert und keine Gefahren birgt, sollten bestimmte **Sicherheitsaspekte** bei der Auswahl, Nutzung und Pflege beachtet werden.
-

Wichtige Sicherheitsaspekte bei der Auswahl und Nutzung von Funktionsbekleidung

1. **Materialwahl und Hautverträglichkeit:**
 - Wählen Sie Funktionsbekleidung aus **hautfreundlichen** und **atmungsaktiven Materialien**, die Schweiß effektiv ableiten und den Körper trocken halten. Häufig verwendete Materialien wie **Polyester, Merinowolle, Nylon** und **Elasthan** sind leicht, robust und feuchtigkeitsregulierend.
 - Vermeiden Sie Funktionskleidung, die **Reizstoffe** oder **minderwertige Chemikalien** enthält. Achten Sie darauf, dass die Kleidung frei von **schädlichen Substanzen** ist und wählen Sie möglichst Kleidungsstücke mit **OEKO-TEX-Zertifizierung** oder ähnlichen Standards, um allergische Reaktionen oder Hautreizungen zu minimieren.
2. **Atmungsaktivität und Feuchtigkeitsmanagement:**
 - Funktionsbekleidung sollte eine hohe **Atmungsaktivität** bieten, um überschüssige Wärme und Feuchtigkeit nach außen zu leiten. Besonders bei intensiven sportlichen Aktivitäten ist es wichtig, dass die Kleidung den Körper nicht überhitzen lässt und gleichzeitig vor **Unterkühlung** schützt, indem sie Schweiß schnell ableitet.
 - Achten Sie darauf, dass die Funktionsbekleidung **mehrschichtig** getragen werden kann (Zwiebelprinzip). Eine **Basisschicht** (First Layer) sollte die Feuchtigkeit vom Körper wegtransportieren, während die **Zwischenschicht** (Second Layer) isolierend wirkt und eine **Oberschicht** (Third Layer) vor Wind und Wetter schützt.
3. **Wetterfestigkeit und Schutz vor Umwelteinflüssen:**
 - Für Aktivitäten bei **Regen, Wind** oder **Kälte** sollte die Funktionsbekleidung **wasserabweisend, winddicht** und **wärmeisolierend** sein. **Softshell-** und **Hardshell-Jacken** bieten Schutz vor Wind und Wasser, während **Fleece-** und **Merinowolle-Schichten** für Wärmeisolierung sorgen.
 - Bei Aktivitäten in der Sonne oder in großen Höhen ist es wichtig, Funktionskleidung mit **UV-Schutz** (UPF-Zertifizierung) zu tragen, um die Haut vor schädlicher **UV-Strahlung** zu schützen.
4. **Passform und Bewegungsfreiheit:**
 - Achten Sie darauf, dass Funktionsbekleidung **eng anliegt**, aber gleichzeitig genügend **Bewegungsfreiheit** bietet. Zu enge Kleidung kann die **Durchblutung** behindern und den Komfort einschränken, während zu weite Kleidung das Risiko des **Hängenbleibens** an Hindernissen erhöht.

- **Stretch-Materialien** oder Einsätze aus **Elasthan** bieten Flexibilität, sodass sich die Funktionsbekleidung ideal für **sportliche Aktivitäten** eignet, ohne die Bewegungsfreiheit einzuschränken.
5. **Sicherheitsmerkmale und Sichtbarkeit:**
- Viele Funktionsbekleidungsstücke sind mit **reflektierenden Elementen** ausgestattet, die bei Aktivitäten im Dunkeln oder bei schlechter Sicht für mehr **Sicherheit** sorgen. Besonders bei **Laufsportarten, Radfahren** oder **Wandern** im Straßenverkehr sollten Sie auf reflektierende Kleidung achten.
 - Achten Sie bei der Wahl Ihrer Funktionsbekleidung darauf, dass sie keine **losen Bänder** oder **Verzierungen** hat, die sich in Maschinen oder an Ausrüstung verfangen könnten.
-

Wartung und Pflege von Funktionsbekleidung

1. **Richtige Reinigung und Pflege:**
 - Funktionsbekleidung sollte gemäß den **Pflegehinweisen** auf dem Etikett gewaschen werden. Verwenden Sie **spezielle Waschmittel** für Funktionsstoffe, die die atmungsaktiven Eigenschaften und die wasserabweisende Schicht nicht beschädigen.
 - **Weichspüler** sollten vermieden werden, da sie die Poren von atmungsaktiven Materialien verstopfen und deren Funktionsweise beeinträchtigen können. Waschen Sie Funktionsbekleidung bei niedrigen Temperaturen und lassen Sie sie idealerweise an der Luft trocknen.
 2. **Imprägnierung und Erhaltung der Wetterfestigkeit:**
 - Funktionsbekleidung, insbesondere **wasserabweisende** Jacken und Hosen, sollte regelmäßig **imprägniert** werden, um die **Wasser- und Schmutzabweisung** zu erhalten. Verwenden Sie dafür Imprägniersprays oder Waschmittel, die die wasserabweisenden Eigenschaften der Kleidung auffrischen.
 - Achten Sie darauf, dass die **Nähte** und **Reißverschlüsse** regelmäßig überprüft werden, da undichte Stellen die Wetterfestigkeit der Funktionsbekleidung beeinträchtigen können.
 3. **Lagerung und Schutz vor Witterungseinflüssen:**
 - Lagern Sie Funktionsbekleidung an einem **kühlen, trockenen Ort**, um **Schimmelbildung** oder **Verformung** zu vermeiden. Hängen Sie die Kleidung idealerweise auf, um Faltenbildung zu verhindern und ihre Form zu erhalten.
 - Schützen Sie die Funktionsbekleidung vor **starker Sonneneinstrahlung**, um eine vorzeitige Alterung des Materials und das Ausbleichen von Farben zu verhindern.
 4. **Überprüfung auf Abnutzung:**
 - Überprüfen Sie Funktionsbekleidung regelmäßig auf **Risse, abgenutzte Nähte** oder **defekte Reißverschlüsse**. Beschädigte Kleidung verliert ihre Schutzeigenschaften und sollte umgehend repariert oder ersetzt werden.
 - Achten Sie darauf, dass **Reflexionsstreifen** oder **UV-Schutz-Beschichtungen** nicht verblasen. Abgenutzte reflektierende Elemente sollten durch zusätzliche **Reflektorbänder** ergänzt werden, um weiterhin gut sichtbar zu sein.
-

Sicherheitsregeln bei der Nutzung von Funktionsbekleidung

1. Schichtenprinzip für optimale Temperaturregulierung:

- Nutzen Sie das **Zwiebelprinzip** und tragen Sie Funktionsbekleidung in **Schichten**, um sich an wechselnde Wetterbedingungen und unterschiedliche Aktivitätsniveaus anzupassen. Die erste Schicht (Basisschicht) sollte Feuchtigkeit ableiten, während die zweite Schicht (Zwischenschicht) isoliert und die dritte Schicht (Oberschicht) vor Wind und Wetter schützt.
- Bei wechselnden Bedingungen, wie in den Bergen oder bei Outdoor-Sportarten, ist es wichtig, die Schichten flexibel an- und auszuziehen, um **Überhitzung** oder **Unterkühlung** zu vermeiden.

2. Vermeidung von Überhitzung oder Kälte:

- Bei intensiven sportlichen Aktivitäten sollten Sie darauf achten, Funktionsbekleidung zu tragen, die **atmungsaktiv** ist, um **Überhitzung** zu vermeiden. **Belüftungsreißverschlüsse** oder **atmungsaktive Mesh-Einsätze** sind ideal, um überschüssige Wärme abzuführen.
- Bei kälteren Temperaturen sollten Sie **wärmeisolierende** Kleidung tragen, die gleichzeitig Feuchtigkeit ableitet, um ein **Auskühlen** zu verhindern. **Funktionsunterwäsche** aus Merinowolle oder Synthetikmaterialien hält warm und trocken.

3. Schutz vor UV-Strahlung und Witterungseinflüssen:

- Bei **längerem Aufenthalt in der Sonne** sollten Sie Funktionsbekleidung mit **UV-Schutz** tragen, um Ihre Haut vor **Sonnenbrand** und **UV-Schäden** zu schützen. **Langärmelige Shirts** oder Hosen mit **UPF-Schutz** sind besonders effektiv in sonnigen Regionen oder bei hohen UV-Werten.
- Für Aktivitäten bei **Regen** oder **Schnee** sollten Sie wasserdichte oder wasserabweisende **Hardshell- oder Softshelljacken** tragen, um vor Nässe geschützt zu sein und trocken zu bleiben.

4. Sichtbarkeit und Sicherheit bei Dunkelheit:

- Achten Sie bei Aktivitäten im **Straßenverkehr** oder bei schlechter Sicht auf Funktionsbekleidung mit **reflektierenden Streifen** oder **hellen Farben**, um Ihre **Sichtbarkeit** zu erhöhen. Dies gilt besonders für Läufer, Radfahrer oder Wanderer, die oft in der Nähe von Straßen unterwegs sind.
- Bei schlechten Lichtverhältnissen können zusätzliche **Reflektorbänder** oder **Warnwesten** verwendet werden, um die Sichtbarkeit weiter zu verbessern.

Zusammenfassung:

Funktionsbekleidung bietet optimalen Schutz und Komfort bei **sportlichen Aktivitäten**, **Outdoor-Einsätzen** und **schwierigen Wetterbedingungen**, wenn sie richtig ausgewählt und genutzt wird. Achten Sie auf **atmungsaktive**, **feuchtigkeitsregulierende** und **wetterfeste Materialien**, die den Anforderungen Ihrer Aktivität entsprechen. Eine gute **Passform**, **Bewegungsfreiheit** und zusätzliche Sicherheitsmerkmale wie **reflektierende Elemente** erhöhen den Tragekomfort und die Sicherheit. Die richtige **Pflege** und **Wartung** sorgt dafür, dass Funktionsbekleidung ihre Schutzeigenschaften behält und langlebig bleibt.