

Vorsicht im Flieger: TikTok-Trick für besseren Schlaf sorgt für Alarm!

TikTok-Trend verspricht besseren Schlaf im Flugzeug, birgt jedoch gefährliche Risiken. Experten warnen vor potenziellen Folgen.

Flughafen, Deutschland - Schlafen im Flugzeug ist für viele Passagiere ein Albtraum. Dank eines aktuellen TikTok-Trends, der als „Schlafhack“ beworben wird, versuchen immer mehr Reisende, diesem Dilemma zu entkommen. Doch Experten krachen vor diesem vermeintlichen Wundertrick: Er könnte nicht nur gefährlich, sondern auch lebensbedrohlich sein. Laut **oe24** führt der Hack dazu, dass Passagiere ihre Knie an die Brust ziehen und den Kopf darauf ablegen. Um die Füße stabil zu halten, wird der Sicherheitsgurt um die Fußknöchel geschnallt. Eine Methode, die auf den ersten Blick erleichternd erscheint, doch das Gegenteil könnte der Fall sein.

Flugsicherheitsexperten und Mediziner warnen eindringlich vor dieser Technik. Sara Nelson, die Präsidentin der Association of Flight Attendants, erläutert, dass sie nicht nur gegen Sicherheitsvorschriften verstößt, sondern auch bei Turbulenzen oder Notfällen fatale Folgen haben könnte. Der Sicherheitsgurt ist dafür konzipiert, den Körper bestmöglich zu schützen, indem er über dem Schoß liegt. Dreht man ihn jedoch um die Füße, riskiert man ernsthafte Verletzungen, wenn es zu plötzlichen Bewegungen kommt. Zudem kann diese Haltung die Blutzirkulation beeinträchtigen und das Thromboserisiko erhöhen, insbesondere auf langen Flügen, wie **t-online** berichtete.

Risiken des TikTok-Trends

Die Methode, die von vielen TikTok-Nutzern als bequem angepriesen wird, wird zunehmend kritisch betrachtet. Kommentare wie „Da schlafen nur meine Beine ein, aber nicht ich“ zeugen von der Skepsis gegenüber diesem Schlaftrick. Experten raten daher, auf bewährte Schlafhilfen zurückzugreifen, wie etwa ein gutes Nackenkissen und bequeme Kleidung. Die Sicherheit aller Flugpassagiere sollte stets an erster Stelle stehen – und dies ist nur gewährleistet, wenn die Sicherheitsvorschriften eingehalten werden.

Details	
Vorfall	Notfall
Ort	Flughafen, Deutschland
Quellen	• www.oe24.at • www.t-online.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at