

# MILJÖBILDER

Nr 2 mars 2016, Årgång 17

## Är ordföranden för Cykelfrämjandet Lars Strömgren trovärdig och har han blod på händerna? Det finns flera anledningar att ställa de frågorna.

Så här skriver han nämligen:

”Hjälmforskningen är omtvistad. Samtidigt som fallstudier visar på skydd mot huvudskador så visar tidsserier inte på minskad skaderisk när hjälmanvändandet ökar. Riskerna för huvudskador står sig slätt i proportion till hälsoytan med att cykla, 6 gånger större upp till 20 gånger större beroende på studie.

Samtidigt finns belägg för att hjälmpropaganda och hjälmlagar minskar cyklingen, därför får vi negativa hälsoeffekter som vida överstiger risken för att råka ut för en huvudskada. Om vi bara visar människor med hjälm riskerar vi alltså att gå emot våra stadgar och bidra till en minskning av cyklandet snarare än en ökning.”

Det enda som det finns vetenskapliga belägg för är att det, i vissa länder där man infört lag om cykelhjälm för vuxna har cyklandet, i vissa fall, minskat med upp till 20 -35 % Alla andra påståenden saknas det vetenskapliga belägg för. Detta har tidningen tydligt informerat Lars Strömgren om men han tycks inte kunna ta till sig saklig information. Eller också är han så arrogant så att han, av någon outgrundlig anledning, fortsätter att hävda att cykelhjälm ökar risken för olyckor. Det kan inte uteslutas att hans enfaldighet medfört att cyklister, på grund av denna vansinniga propaganda, fått allvarliga hjärnskador eller avlidit. Detta tycks dock inte bekymra Lars Strömgren ett dugg! Tvärtom tycks detta fått honom att än mer frenetiskt sprida sina irrläror vidare inom organisationen så att t ex [René Heunen](#) och [Emil Törnsten](#) ger honom sitt fulla stöd.

Så här skriver René Heunen

Citat

Hej Harald. Det är farligare att INTE cykla, beviset för cyklingens hälsoeffekter är överväldigande du kan börja med att sätta dej i Cycling Englands sammanställning som redan är några år gammal men rätt så bra...

Slut citat

Länk här: [http://www.cycle-helmets.com/cycling\\_and\\_health.pdf](http://www.cycle-helmets.com/cycling_and_health.pdf)

Här framgår att cykling ger en god motion men det står ingenting om att en cykelhjälm ökar olycksriskerna, tvärtom. Däremot står det att man noterat att en tvingande hjälmlag för vuxna kan minska viljan att cykla.

Så här skriver t ex Emil Törnsten:

”Bra att du förstår CFs argument till att inte propagera för cykelhjälm, även om

du har en annan åsikt. Hjälm användning påverkar cyklistens beteende, närvarande trafikanters beteende, samt beteendet hos dem som funderar på om de ska börja cykla eller inte. Bra att du förstår detta.”

En paradoxal sak är att Lars Strömgren är utsedd till vinnare av Stora kommunikatorspriset av organisationen Sveriges kommunikatörer. Detta tyder på att den organisationen har extremt dåligt omdöme eller kan också misstänkas ha blod på händerna. Ett tämligen perfekt val skulle t ex kunna vara inrikesminister Anders Ygeman. Han är extremt kunnig och påläst och kan tala så att folk lyssnar.

Här följer en sammanställning av värdet av användning av cykelhjälm.

## Cykelhjälmen

### Så här skriver Trafikverket:

Varje dag skadas nära tio cyklister i Sverige så svårt att de behöver läggas in på sjukhus minst ett dygn. De flesta av dem skadas när de kör omkull utan att någon annan är inblandad. Några få krockar med bilar eller andra trafikanter.

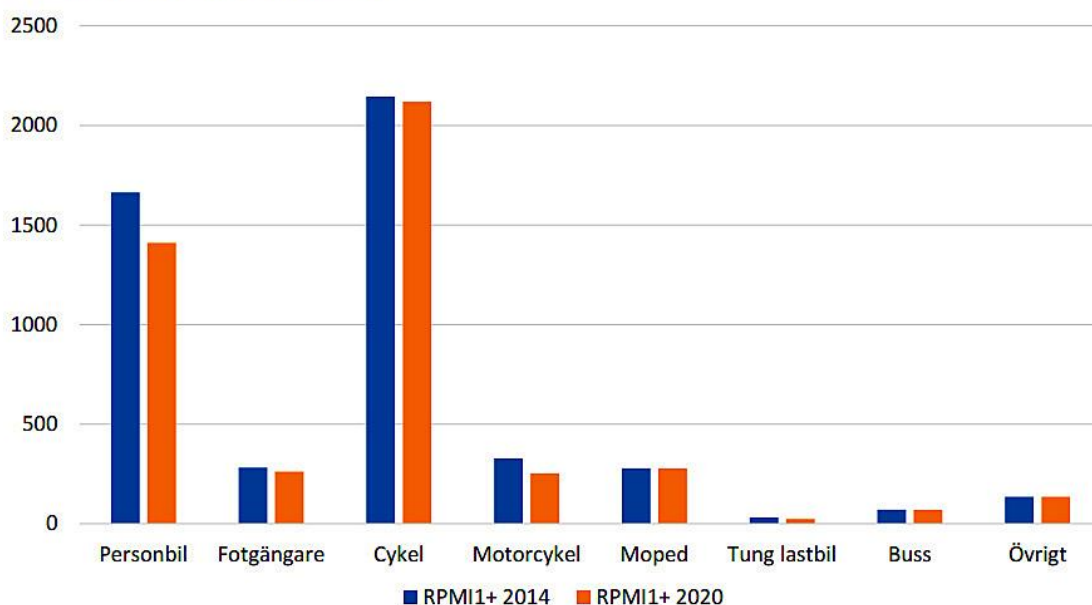
Många tror att de inte behöver använda cykelhjälm eftersom de är så bra på att cykla. Det är fel. Alla som cyklar kan råka ut för en olycka. Därför behöver alla cyklister använda hjälm – både barn och vuxna.

Många tror att cykelolyckor ändå är ovanliga jämfört med andra trafikolyckor men så är det inte. Cirka 1700 bilar skadas allvarligt medan alltså ca 3500 cyklister skadades allvarligt år 2015. Se graf nedan

Graf från Trafikverket

### Åtgärdsgrupp 1: allvarligt skadade 2020

Per trafikantkategori, RPMI1%+



## Behövs cykelhjälmag?

Tidningen tror inte att det behövs någon hjälmag för vuxna eftersom detta antagligen skulle minska intresset för att cykla. Detta vore i sig negativt eftersom cykelåkning ger god motion och troligen minskar bilåkandet.

## Vissa cykelorganisationer hatar cykelhjälmen!

Vissa cykelorganisationer t ex Cykelfrämjandet anser att cykelhjälmen ställer till mer skada än nytta. De informerar om att det är 6 – 20 gånger farligare att använda cykelhjälm jämfört med att cykla utan.

Cykelfrämjandet blandar då ihop något som egentligen är två diskussioner. Den ena handlar om hjälmens skyddsförmåga. Cyklar man omkull och huvudet tar smällen är det bättre att ha en typgodkänd hjälm på huvudet än ingenting alls. Jag tror ingen förnekar det. En och annan har dock letat upp studier som pekar på riskbeteenden eller egentligen "risk compensation", d.v.s. att människor cyklar slarvigare med hjälm än utan, och därigenom ökar risken för olyckor men det innefattar även olika funktioner på fordon som kan påverka säkerheten. Riskbeteenden finns i trafiken (exempelvis för bilförare med resp. utan ABS-bromsar osv), men är mycket osannolik för cyklister.

Det finns även studier som visar att bilister tenderar att köra närmare cyklister som använder hjälm. Genomsnittsavståndet uppges vid en studie vara ca 1.3 meter men kan minska med ca 8 cm om man använder hjälm. Men dessa studier uppfyller inte de mest elementära kraven för att kunna kallas vetenskapliga. Men inga sådana studier förtar givetvis en hjälms skyddseffekt. Så i stort sett alla förstår att det är bättre att ha ett accelerationsutjämnade material mellan asfalt och huvud om man har otur att cykla omkull.

Den andra diskussionen handlar om tvingande lagstiftning om hjälm för vuxna medborgare. Det finns skäl för och emot. Flera skäl mot. Det viktigaste motskälet är att ingen sansad politiker vill hindra sitt omval genom att driva kravet på tvingande lagstiftning.

Hur gå vidare?

Cykelfrämjandets hemsida måste kompletteras med information om värdet av bl a cykelhjälm samt information om cykelpassage och cykelöverfart. Dessutom måste en del felaktiga påståenden rättas till.

Ex.

Under DÄRFÖR CYKEL, hälsa står:

Citat

Skaderisken är mycket liten och du kan cykla året runt.

Slut Citat

Detta är inte sant. Skaderisken är stor. Ca 3500 cyklister skadas allvarligt varje år.

Under DÄRFÖR CYKEL, miljö står:

**Citat**

**säkrare trafik**

**Slut citat**

**Detta är inte sant.**

**Skaderisken är stor. Ca 3500 cyklister skadas allvarligt varje år.**

**Under DÄRFÖ CYKEL, Cykling ger ekonomisk samhällsnytta**

**Citat**

**minskad sjukfrånvaro**

**Slut citat**

Detta är ett tveksamt påstående. De 3500 som skadas varje år blir inlagda på sjukhus minst en dag. Hur vet man vad detta kostar?

Ex.

## *Cykel och klädsel*

NYTT

Det viktigaste "plagget" för en cyklist är cykelhjälm. Den bör vara av den typ som har s.k. rotationsskydd dvs den bör ha två skal som kan vrida sig i förhållande till varandra. Detta hindrar att huvudet utsätts för kraftig vridning om huvudet t ex slår hårt i gatan. Vissa fabrikanter kallar den hjälmtypen för MIPS. Tyvärr finns det inte cykelhjälm som skyddar effektivt mot regn. Inte heller finns några bra cykelhjälm som fungerar bra i kyla. Ett sätt kan vara att spänna ut hjälmen så att man får plats med en varm mössa.

SLUT NYTT

## *12 tips för dig som vill cykla säkert*

NYTT

### **1. HJÄLMEN – DIN KROCKKUDDE**

**Som cyklist är du oskyddad i trafiken. Har du otur och möter olyckan är det ofta huvudet som tar smällen. Var tredje skada vid cykelolyckor är just en huvudskada! Var rädd om huvudet och använd hjälm.**

**Dessutom är du som cyklist inte ensam i trafiken. Därför finns det en del saker att beakta för att inte skapa onödiga**

risiker för dig själv och dina medtrafikanter.

SLUT NYTT

## 12. SE UPP VID CYKELPASSAGER OCH CYKELÖVERFARTER

NYTT

När du närmar dig korsningen, sänk hastigheten och se upp för bilar som korsar din väg. Om korsningen är signalreglerad så kan ni få grönt samtidigt, håll därför koll på bilen innan du trampar iväg.

Observera att du som cyklist har företräde på en cykelöverfart men kontrollera ändå noga innan du korsar vägen. Bilister har varningsskylt B8 och hastighetsnedsättning till 30 km/tim innan de kommer fram till cykelöverfarten.



På en cykelpassage ska du som cyklist lämna bilister företräde men bilisten ska låta dej som cyklist passera. Någon varningsskylt för cykelpassage finns inte. Detta är därför ingen bra lag som gör att du måste vara väldigt observant!

SLUT NYTT

Här följer några förslag från medlemmar i Cykelfrämjandet.

”Ordföranden borde ha rätt att begära hjälp från den allmänna sjukvården för att komma tillrätta med sina aversioner mot cykelhjälm.”

”Ordföranden kan knappast ha undvikit att ha tagit del av infon om värdet av användning av cykelhjälm men tidningen har inte gett ordföranden möjlighet att byta åsikt med ansiktet i behåll.”

Vad har cykelfrämjandet gjort för cyklisterna?

Jo, Cykelfrämjandet har inbillat cyklister att det är säkrare att cykla utan cykelhjälm! Delas inte av t ex Trafikverket:

<http://www.trafikverket.se/resa-och-trafik/Trafiksakerhet/Din-sakerhet-pa-vagen/Ga-och-cykla/Cykelhjalme/>

Lars Strömgren hänvisar till denna site: [http://www.cycle-helmets.com/cycling\\_and\\_health.pdf](http://www.cycle-helmets.com/cycling_and_health.pdf)

som är på engelska som han tydligen inte förstår. Där står att cykling ger bra motion. Där står också att en tvingande hjälmlag antagligen skulle minska cyklandet vilket jag också tror.

Cykelfrämjandet har inte gjort ett dyft åt att få den vansinniga lagstiftningen för cykelpassager ändrad.

Ordförande Lars Strömgren har dessutom spridit en hel del felaktigheter t ex att det dödas färre cyklister i trafiken under 2015 samt att det är färre som cyklar numera samt att det är ovanligt med cykelolyckor.

Cykelfrämjandet har dock gjort en del s.k. encyklopedier om t ex vintercykling som är föredömligt bra.

Trots denna oseriösa styrelse och ordförande så har vissa av de lokala organisationerna gjort ett bra jobb och besvarat remisser på ett seriöst sätt. De har också förhandlat fram bra rabatter i många butiker.

Sveriges Kommunikatörer har alltså valt en riktig bluffmakare till pristagare. Kanske har hans vansinniga rekommendationer om att inte använda cykelhjälm gett många cyklister allvarliga skador eller t.o.m. död.

Varför valde ni inte t ex Anders Ygeman. Han har det mesta som en bra kommunikatör ska ha!

---

## EN FRÅGA FRÅN EN MEDLEM I CYKELFRÄMJANDET

Jag fick en fråga hur någon kan ha den uppfattningen att man kan förbättra cyklisters hälsa genom att INTE använda cykelhjälm trots att Trafikverket skriver att man aldrig ska cykla utan hjälm och att över 10 cyklister skadas allvarligt varje dag i trafiken.

Följande dialog utspann sig.

-För att förstå detta måste man först och främst anse att ens eget liv och hälsa inte är värt något i jämförelse med alla andras liv och hälsa. Det här att man själv riskerar sitt liv och hälsa är något man får ta för att några andra människor kanske kommer till insikt om att det är bra för deras hälsa att cykla. Och då är det viktigt att man inte själv sätter på sig en cykelhjälm för det kan ju ha en direkt avskräckande effekt på andra människor som då kan få uppfattningen att det är farligt att cykla.

-Men då borde väl Cykelfrämjandet tycka att det är helt fel att cykelhjälm användningen ökat till 37 % idag?

-Vad de tycker får du fråga Cykelfrämjandet om men deras ordförande hävdar ju att det är 6 – 20 gånger farligare att använda cykelhjälm än inte. Det visar ju också deras hemsida där inte ett ord står om cykelhjälm men att det är lämpligt att ha på sig smidiga handskar för att skydda händerna vid en ev. omkullkörning

-Då måste jag ställa frågan varför du är med och stöder Cykelfrämjandet genom ditt medlemskap.

-Jag gick med i Cykelfrämjandet för att jag gillar att cykla och jag tänkte att jag, via Cykelfrämjandet, skulle kunna få hjälp med att få till en lagändring så att cyklister får företräde på cykelpassager men det är de inte alls intresserade av.

-Men då har du väl ingen anledning att vara kvar i Cykelfrämjandet?

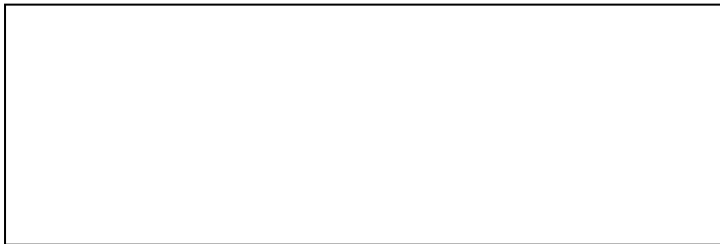
-Jo för sjutton! Jag tror nu att mitt medlemskap är viktigt genom att jag informerat om hur viktigt det är att använda cykelhjälm. Kanske har mina kommentarer på Cykelfrämjandets FaceBook-sida räddat en och annan cyklist från att bli allvarligt skadad eller dödad i cykelolyckor. Men det är fortfarande ca 3500 cyklister som skadas allvarligt varje år

-Så du vill att det införs en tvingande lag om användning av cykelhjälm?

-Nej inte alls. Jag tror att det räcker att informera om värdet av att använda cykelhjälm. Det borde ju var och en fatta att det är bättre att ha en hjälm på huvudet än ingenting alls om man skulle cykla omkull och slå i huvudet. De som kontaktat mej bl a via nätet har uttryckt sin tacksamhet över att jag gett dem sanningen och att de numera alltid använder cykelhjälm även vid korta cykelturer

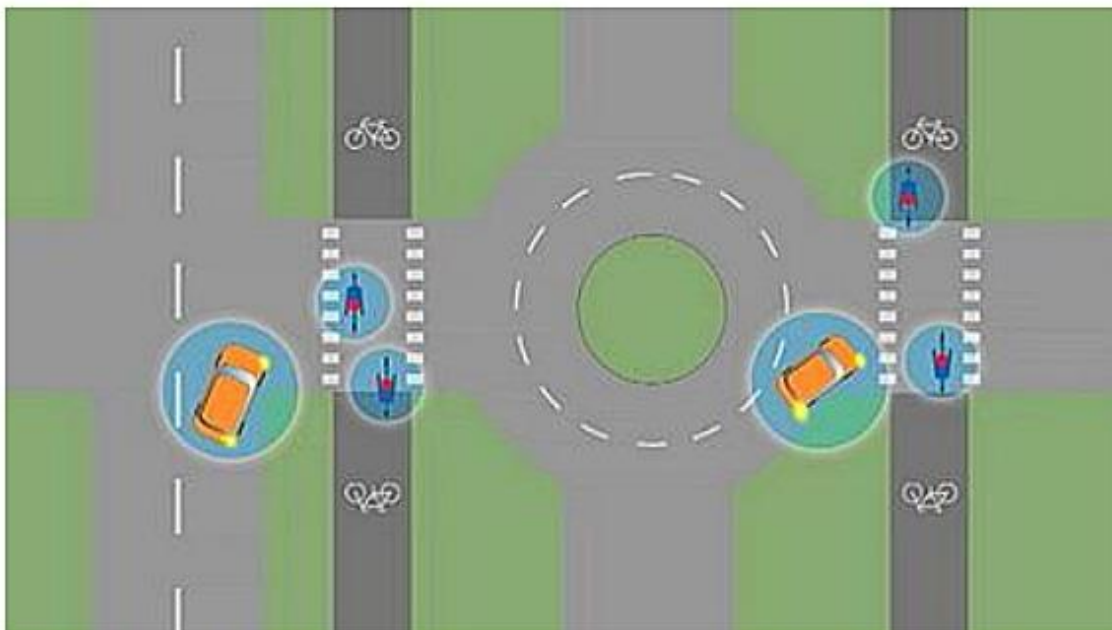


Om adressaten ej finns på vidstående adress v.g. återsänd tidningen med uppgift om den nya adressen.



**”I detta fallet har bilisten ingen skyldighet att släppa fram cyklisten”**

**Vet riksdagsmännen om att de fattat beslut som gett dessa vansinniga konsekvenser?**



**Sänd gärna in synpunkter och kommentarer på innehållet i denna tidning. Har du andra idéer till innehåll så kom med tips eller skriv ihop något själv. Din identitet är skyddad av det s.k. meddelarskyddet. Tidningen förbehåller sig rätten att avkorta och redigera inkomna artiklar. Du som kritiseras i tidningen har rätt till replik. Inga artiklar honoreras. /Redaktionen**

MILJÖBILDER NR 2 mars 2016, ÅRG. 17  
 Redaktör: Harald Gaunitz  
 Adress: Storgatan 61 C, SE-831 33 Östersund  
 E-brev: RotfrukterHotmail.com (snabela efter r) eller  
 RotFruktterYahooSe  
 (Punkt efter t och snabela efter r och punkt efter oo)  
 MiljobilderSnabelaTelia.com  
 Internetsida: <http://www.miljobilder.com>  
 Tryck: Harald Gaunitz

Ansvarig utgivare: Harald Gaunitz

Original framställt på PC och tryckt på laserskrivare

Eftertryck tillåts om källan anges.  
 Tidningen utkommer minst fyra gånger per år.  
 Lösnummerpris 40:-  
 Prenumerationspris 120:- Inbeta beloppet med  
 paypal till Yahoo-adressen och ange namn och adress  
 och att det gäller prenumeration.