

---

## K. Alvær & B. Kopjar svarer:

---

### KORRESPONDANSER

KARI ALVÆR

BRANKO KOPJAR

---

Ved Seksjon for forebyggende og helsefremmende arbeid ved Folkehelse er det en viktig oppgave å gi forskningsbaserte råd overfor helsemyndigheter og helsetjeneste. Vi analyserer muligheter for forebygging og evaluerer forebyggende tiltak.

Artikkelen i Tidsskriftet nr. 17/2000 setter søkelys på sykkelrelaterte hodeskader og i hvilken grad disse skadene kan reduseres ved å iverksette ulike tiltak for å øke bruken av sykkelhjelm (1). Vårt hovedmål var å komme med forskningsbasert kunnskap på et område som det har vært lite oppmerksomhet omkring. Etter en oppsummering av resultatene i internasjonale studier fant vil blant annet at innføring av påbud kombinert med informasjonskampanje ser ut til å øke bruken av hjelm mest. Vi fant også at andre typer tiltak var effektive.

Myndighetene baserer sjelden sine beslutninger på forskningsbaserte råd alene. Også økonomi og verdispørsmål er sentrale momenter. Påbud er et tiltak som medfører frihetsberøvelse og som er omstridt. Personlig kan også vi mene at dette er for drastisk, i hvert fall før andre typer tiltak er prøvd. Men vi kan ikke av den grunn la være å si at påbud ser ut til å være mest effektivt når det er det som er tilfellet.

Vi er enig i at de fysiske forholdene bør legges bedre til rette for å øke sikkerheten og fremkommeligheten for syklistene, men vi ser ikke at dette står i motsetning til tiltak for å øke bruken av hjelm. De fleste sykkelulykkene som resulterer i hodeskader er eneulykker, ikke kollisjoner med andre kjøretøyer. Slike eneulykker, som er mer vanlig blant barn enn blant voksne, vil oppstå selv om man har egne baner for syklistene. Med bakgrunn i dette synes vi at tiltak for å øke bruken av hjelm står sentralt for å øke sikkerheten for syklistene.

Til slutt må vi få peke på at kunnskapen på dette området fortsatt er begrenset. Vi vet ikke hvor utbredt bruk av hjelm er på ulike alderstrinn. Og vi mangler kunnskap om hvorfor mange ikke bruker hjelm. Det er også usikkert om og eventuelt i hvor stor grad et påbud vil redusere syklingen i befolkningen.

---

## LITTERATUR

1. Alvær K, Kopjar B. Potensial for forebygging av sykkelrelaterte hodeskader  
Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 1955 – 9.

---

Publisert: 20. august 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.