

ARBETSANNONS

**KOCKAR OCH SERVITÖRER**

Hangö

(/ledigajobb/51)

(/ledigajobb/51)

Se flera lediga jobb här »  
(/ledigajobb)



CYKLING (/TAGG/CYKLING)

# Neurokirurg: Kontraproduktivt demonisera cyklister utan hjälm



BILD: LEHTIKUVA/JUSSI NUKARI

FNB-SPT/JESSICA SUNI

19.4.2017 05:41 UPPDATERAD 19.4.2017 08:17

21 reaktioner					
------------------	--	--	--	--	--

Bruket av cykelhjälm brukar motiveras med att hjälmen skyddar mot hjärnskador. Neurokirurgen, docent Jari Siironen på neurokirurgiska kliniken vid Helsingfors och Nylands sjukvårdsdistrikt

MENY

**HBL**

LOGGA IN

godkänner du detta. Las mer... (Användningen av annonsblockeringen har...

– Folk kan också inbilla sig att det är väldigt farligt att cykla och att det är idioti att inte använda hjälm – när det inte finns vetenskapliga bevis för någotdera, säger **Jari Siironen**.

Siironen sitter med i en God medicinsk praxis-arbetsgrupp för vård av hjärnskador där han tilldelats ansvaret för hjälmar. Han anser att ett hjälmvång vore till mer skada än nytta, eftersom det skulle göra cyklismen mindre lockande. Särskilt kunde det ha en negativ effekt på folk som cyklar då och då.

Till skillnad från den bild upplysningskampanjerna målar upp, är hjärnskador ganska ovanliga bland cyklister i Finland. Finsk statistik visar att hälften av hjärnskadorna sker bland fotgängare av vilka största delen är berusade.

– Om spriten tog slut i världen, skulle jag bli arbetslös. Om cykelskadorna försvann, skulle jag inte ens märka det, säger Siironen.

Cykelhjälm skyddar mot ytliga sår och skrapor och Siironen uppmuntrar folk att använda hjälm, men han poängterar att lätta cykelhjälm inte alls ger ett så bra skydd mot hjärnans rörelser som sker inuti skallen vid fall.

Han ser demoniserandet av personer som cyklar utan hjälm som kontraproduktivt. Han säger att cyklande hur som helst alltid är en positiv gärning, både med tanke på cyklisten själv och den allmänna trafiksäkerheten.

– Inte är det fördömligt, utan hälsosamt. Sedan kan man diskutera om det skulle vara ännu hälsosammare med hjälm. Kanske en aning, men poängen är att en bra sak fördöms. Vid sidan om att man fokuserar på fel saker.

### Använder du hjälm? Så här svarar HBL:s läsare på Twitter.



**Hufvudstadsbladet**  
@hblwebb

[Follow](#)

Enligt neurokirurg Jari Siironen är hjälmen ingen livsförsäkring. Använder du hjälm då du cyklar?

Läs mera: [hbl.fi/artikel/neurok...](https://www.hbl.fi/artikel/neurok...)

8:14 AM - 19 Apr 2017

- Såklart. Hjälmen skyddar
- Ibland. Om praktiskt
- Nej. Onödigt och klumpigt

[Vote](#) 29 votes • 1 day left

3

Befolkningens hälsa skulle troligtvis förbättras avsevärt om alla skulle byta ut bilen mot cykeln, oberoende av hjälmanvändningen, säger Siironen. Han anser att hjälmtvång troligtvis bara skulle leda till att cyklismen minskar, vilket skulle ha en negativ effekt på befolkningens hälsa utan att på riktigt minska antalet hjärnsador.

Bilarnas hastighet, skilda filer för cyklister och mängden cyklister har enligt Siironen en mer avgörande betydelse för trafiksäkerheten än hjälmbruket. Han stör sig också på att det första folk fäster uppmärksamhet vid när det sker en cykelolycka är om cyklisten använde hjälm eller inte – oberoende av om hen slagit huvudet.

– Inte frågar man någonsin om personen var full eller blev påkörd. Däremot rapporteras det om personen använde hjälm eller inte, vilket obestridligen skuldbelägger offret, säger han.



**Bära cykelhjälm kan bli frivilligt** (<https://www.hbl.fi/artikel/bara-cykelhjal-m-kan-bli-frivilligt-2/>) 19.4.2017 - 05.39  
(<https://www.hbl.fi/artikel/bara-cykelhjal-m-kan-bli-frivilligt-2/>)

(<https://www.hbl.fi/artikel/bara-cykelhjal-m-kan-bli-frivilligt-2/>)

## KOMMENTARER

Visa regler

ANNONS

**REGATTA SPA** (<https://www.hbl.fi/artikel/regatta-spa/>)

(/TAGG/)

Hangös vackra SPA anläggning erbjuder en skön inramning och en helhetsupplevelse av välbefinnande. Äntligen kan man i Hangö njuta av allt från en traditionella SPA service till Fibacos högkvalitativa fysiotjänster för motionsutövare och idrottare, Babor-skönhetsbehandlingar, professionell massage och yoga. I Regatta Spa finns en 25 m lång simbassäng, terapibassäng och en mångsidig bastuavdelning med en lounge som kan bokas för privat- och företagsbruk. 11.4.2017 - 11.12

(<https://www.hbl.fi/artikel/regatta-spa/>)

MENY

**HBL**

LOGGA IN

godkänner du detta. Las med... (7) Bruksvinkor av annonsblockeraren ner.