

Trafiksäkerhet för småbarnsföräldrar



Barns trafiksäkerhet är vuxnas ansvar.

Generellt om barn och trafik.

Barns trafiksäkerhet är vuxnas ansvar. Det innebär förutom det naturliga föräldraansvaret att trafikplanerare, fordonstillverkare, lärare och inte minst andra trafikanter måste ta hänsyn till och planera utifrån barns förmågor och brister.

Att små barn behöver ständig tillsyn i trafiken är självklart, men det kan vara svårt att veta när barn börjar bli mogna att ta eget ansvar i trafiken. Till stor del handlar det om hur trafikmiljön ser ut runt bostaden, förskolan och lekparken. Barn ska helt enkelt kunna vistas tryggt och säkert i sin närmiljö, även när de är för små för att lämnas ensamma. När yngre barn rör sig i en trafikmiljö ska de alltid ha sällskap av en vuxen. Gradvis behöver barnen lära sig att ta eget ansvar och med vuxnas hjälp skaffa erfarenheter för att bli trafikmogna. Är närmiljön säker blir det enklare att succesivt låta barnen ta eget ansvar när de blir äldre. Om barnen kan gå till skolan på egen hand eller inte, handlar till stor del om hur trafikmiljön ser ut.

Det är nästan omöjligt att säga en ålder då de flesta barn klarar att vistas i

trafiken på egen hand, framför allt för att trafikmiljön ser så olika ut men också för att barn är olika. En grov tumregel kan vara att barn kan gå till skolan i måttligt trafikerade miljöer vid 9-10 års ålder och cykla i trafiken vid 11-12 års ålder – men det finns förstås trafikmiljöer där inga barn borde vistas på egen hand, samtidigt som yngre barn kan cykla till skolan om det finns säkra, trygga och sammanhängande cykelbanor.

På dessa sidor har NTF sammanfattat viktig information kring små barn och trafik. Alltså innan de vistas i trafiken på egen hand. Det handlar framför allt om hur barn åker säkert i bilen och på cykeln, men även om säkerhet i buss och till fots.

Barn i bil.

Bilen och bilens skyddssystem - bälten, krockkuddar och säten - är anpassade och dimensionerade efter en vuxen kropp. Barn är både bräckligare och mindre till storleken. De har dessutom andra proportioner än vuxna. Barn är därför mer utsatta vid en krock och behöver ett särskilt skydd i form av babyskydd, bilbarnstol eller bältesstol/-kudde, beroende på ålder.

Enligt svensk lag ska alla som åker bil använda bilbälte, både i framsätet och baksätet. Barn kortare än 135 cm ska dessutom använda en särskild skyddsanordning; babyskydd, bilbarnstol eller bältesstol/-kudde. ***Skyddet ska vara typgodkänt, lämpligt för barnet samt monterat och användas som det är avsett.***

Bakåtvänt är säkrast

Barn ska färdas bakåtvänt så länge som möjligt. Det är för att ett barns huvud är för stort och tungt i förhållande till vad nacken och musklerna orkar hålla emot. När man sitter framåtvänd vid en häftig inbromsning eller krock, fortsätter allt som inte sitter fast i bilen framåt tills något tar emot. Kroppen fångas upp av bilbältet men huvudet kastas framåt för att sedan slungas bakåt igen. Det är den knycken som barnets nacke inte klarar av. Barnet kan bryta nacken medan vi vuxna kan få whiplash-skador.

Därför ska barn åka bakåtvänt så länge som möjligt, upp till 4-5 års ålder. Först då är nackmuskulaturen tillräckligt utvecklad, och de flesta barn är för långa eller för tunga för en bakåtvänd stol.

Godkännande

För att använda en bilbarnstol i Sverige ska den vara godkänd, antingen enligt ECE R44 eller i-Size (UN R129).

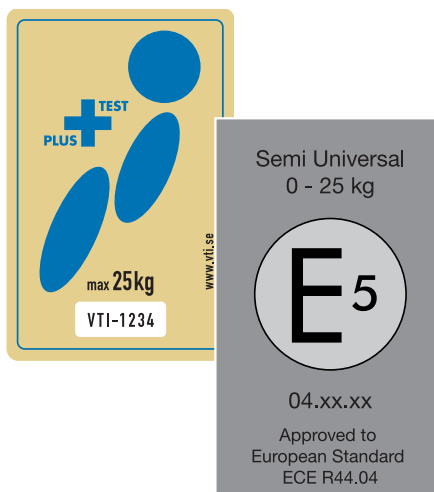
ECE R44 godkänner stolar upp till en viss vikt medan i-Size godkänner stolar baserat på barnets längd och en ungefärlig ålder. I-Size ställer högre krav på anpass-



ning mellan stolen och bilen samt har förbättrade krocktester, bland annat krav på test vid sidokollision.

Det finns ingen anledning att byta ut en godkänd väl fungerande bilbarnstol som är godkänd enligt ECE R44, bara för att det finns ett nytt godkännande. ECE R44 och i-Size kommer att fungera parallellt under flera år.

I Sverige kan en stol även bli Plusgodkänd. Det är ett svenskt frivilligt kompletterande test, som garanterar att barnet inte utsätts för livshotande höga nackkrafter vid en frontalkollision. Under reglementet ECE R44 utfärdas Plusgodkännandet för viktklasserna 18kg (ISO-fix stolar) eller 25kg (bältesmonterade stolar), men även i-Size stolar behöver kompletteras med ett plusgodkännande för att säkerställa vilka nackkrafter barnet utsätts för vid en olycka.



Babyskydd

Som nyfödd och fram till ca 6-9 månaders ålder åker barnet i ett babyskydd. Det placeras bakåtvänt i fram- eller baksätet och monteras med bilens trepunktsbälte eller en bas som fästs med bilens bälte eller isofix. Med en bas är det lätt att lyfta ur och sätta i babyskyddet. Om krockkudden kopplats ur av auktoriserad verkstad eller med en så kallad nyckelavstängning, är passagerarplats fram en bra plats för babyskyddet, eftersom det ger god uppsikt över barnet om du är ensam förälder i bilen. Barnet hålls på plats av det bälte som hör till babyskyddet.

När barnet kan sitta själv utan stöd, eller när babyskyddet är urvuxet, är det dags att byta till en bakåtvänd bilbarnstol.

Babyskyddet är urvuxet då barnets huvud sticker upp ovanför stolens kant, eller när viktgränsen är passerad.

Bilbarnstol

När barnet kan sitta stadigt utan stöd, är det dags att byta till en bakåtvänd bilbarnstol.

Den monteras, med hjälp av underförankringsband och bilbältet eller isofix, bakåtvänd i fram- eller baksätet. Barnet hålls på plats av det bälte som hör till bilbarnstolen.

Barn ska åka bakåtvänt så länge som möjligt, upp till 4-5 års ålder.

Om krockkudden kopplats ur av auktoriserad verkstad eller med en så kallad nyckelavstängning, är passagerarplats fram en bra plats för bilbarnstolen, eftersom det ger god uppsikt över barnet om du är ensam förälder i bilen samt ger barnet mer plats för benen.

Vissa barn kan få trångt för benen, särskilt i baksätet, och sitter därför med böjda ben, "skräddare" eller med benen upp på bilens säte – detta medför inga risker.

Däremot är stolen urvuxen när barnets huvud sticker upp med en tredjedel ovanför kanten, ungefär i höjd med barnets ögon, eller när stolens viktgräns har passerats.

Bältesstol/-kudde

I bältesstol eller på bälteskudde åker barnet framåtvänt. Ett framåtvänt bilbarnskydd är dock aktuellt först när barnet inte längre kan åka bakåtvänt och tidigast vid 4-5 års ålder. Skyddet behöver inte monteras, men kan i vissa fall fästas i bilens isofix.

Läkare och forskare rekommenderar att barn ska använda bältesstol eller bälteskudde upp till 10-12 års ålder. Inte förrän i puberteten blir barnets kropp utvecklad och kan hålla bältet på plats utan hjälp av kudden.

Bältesstolen eller kudden hjälper till att anpassa bilens trepunktsbälte till barnets kropp. Så länge skelettet inte är färdigutvecklat behöver barnet lyftas upp så att bilbältet kan skydda kroppen. Kontrollera att bältet sträcks korrekt - nära halsen, över bröstbenet och ner över låren (inte över magen). Ju närmare kroppen bältet sitter, desto bättre skydd ger det.

I många nya bilar kan man få integrerade bälteskuddar inmonterade när man beställer ny bil från fabrik. Dessa ger ett mycket bra skydd för barnet.



9 månader till 4-5 år

5 till 10-12 år

Vändbara bilbarnstolar, så kallade kombistolar, är ofta för raka för de mindre barnen och fungerar även dåligt som bältesstol. Dessutom ökar risken att föräldrarna lockas att vända barnet framåt för tidigt. Om en vändbar stol används framåtvänd bör internbältena tas bort och barnet spännas fast med bilens bälte.

Krockkudde

Krockkudden på passagerarplatsen är i första hand dimensionerad för vuxna personer. När platsen ska användas av barn under 140 cm ska därför krockkudden kopplas ur, om inte biltillverkaren har andra rekommendationer.

Krockkudden ska alltid vara urkopplad för barn som sitter bakåtvänt.

Sidokrockkuddar utgör ingen fara för barn i bakåt- eller framåtvänd bilbarnstol.

Om krockkudden kopplats ur av auktoriserad verkstad eller med en så kallad nyckelavstängning, är passagerarplats fram en bra plats för barn i alla åldrar.



Montering

Montera alltid enligt stolens bruksanvisning. Stolen är testad och godkänd enligt den rätta monteringen, vilket gör att man inte vet vilka krafter barnet utsätts för eller vad som händer med stolen vid en felaktig montering.

Monteringen underlättas med isofix och riskerna för felmontering minskar. En korrekt monterad bilbarnstol med underförankringsband är lika säker som en stol monterad med isofix.

Barn med funktionsnedsättning

För små barn med funktionsnedsättning, som inte kan använda ett vanligt babyskydd, finns babyskydd som kan användas liggande. De ger dock tyvärr inte samma skydd som ett bakåtvänt babyskydd.

För större barn finns särskilda skydd som är individuellt specialanpassade, både bakåtvända och framåtvända.

Om du köper begagnat

- *Kontrollera åldern* på bilbarnstolen. Rekommenderad livslängd för en bilbarnstol är 10 år, 5-7 år för ett babyskydd.
- *Leta upp bruksanvisningen*, finns ofta på internet.
- *Inspektera skyddet*.
- *Köp endast bilbarnstol av någon du känner och litar på*. Är du osäker så köp hellre en ny. Ett skydd som varit med i en krock ska kasseras.
- *Kontrollera stolens godkännanden*.

Barn i buss.

Buss är det säkraste sättet att färdas på väg. Bussar i landsortstrafik är oftast utrustade med bälte. Enligt svensk lag ska alla som är 3 år eller äldre och sitter på ett säte utrustat med bälte använda det.

Bakåtvänt är säkrast

Precis som i bilen åker barn säkrast bakåtvänt. För de minsta barnen är det därför bäst att ta med babyskyddet och montera det bakåtvänt i ett säte i bussen. Det kan ibland vara svårt om bältet inte räcker till.

Svårare blir det för barn i åldern 1-4 år. En bilbarnstol kan ibland fungera att montera, men inte alltid. Det innebär att det ofta är svårt att färdas säkert i buss för barn under 4 år.

För barnen över 4-5 år går det utmärkt att ta med en bälteskudde, det finns god-

kända modeller som är anpassade att ta med sig på resa, t ex som sitter ihop med en ryggsäck eller är uppblåsbara.

I vissa bussar kan det finnas några bakåtvända säten. Välj alltid ett sådant om du åker med barn, så att de får åka bakåtvänt.

Det finns även några bussbolag i Sverige som har särskilda bakåtvända säten för barn installerade. Fråga efter det när du bokar din resa! Om många konsumenter efterfrågar säkert bussresande för små barn, ökar chanserna för att fler bussbolag prioriterar barns säkerhet.



Länstrafiken/Region Örebro län. Foto: Alexander von Sydow.

Barn på cykel.

Cykelsits

Att skjutsa utan cykelsits kan vara mycket farligt. Vanligaste olyckan är att barnet får foten i kläm i cykelns ekrar. Med dagens moderna cykelsitsar är detta nästan omöjligt, eftersom de ofta är konstruerade på ett sådant sätt att fötterna inte ska kunna komma in i hjulen.

Man kan börja använda cykelsitsen när barnet kan sitta stadigt, ungefär från nio månaders ålder. Cykelsitsen ska vara märkt EN14344 - vilket är ett bevis på att sitsen uppfyller de europeiska kvalitets- och säkerhetskraven.

Cykelsitsar finns i två viktklasser; för högst 15 eller 22 kg. Sitsar för 22 kg är att före-

dra, om sele och fotstöd kan ställas in så att de passar även mindre barn.

Det finns två olika varianter av cykelsitsar; de som fästs på sadelstolpen och de som fästs på pakethållaren. De förstnämnda är ofta tyngre, i de flesta fall stabilare och ofta lättare att flytta mellan cyklar, då man kan ha monterat fäste på flera cyklar.

Om cykeln har lämpliga säten och eker-skydd är det lagligt att skjutsa ett barn under 10 år om man fyllt 15 år, och två barn under 6 år om man fyllt 18 år.

Cykelkärra

En cykelkärra eller en lådcykel kan vara ett bra alternativ till en cykelsits för barn.



När du väljer en cykelkärra bör du fundera på stabiliteten - kärran ska inte tippa i svängar och inte lossna från kopplingen. Minst är tipprisken om kärran fästs vid cykelns bakgaffel, om hjulbasen är bred eller hjulen snedställda. Kärran ska ha störtbåge som skyddar barnet om kärran välter. Titta också på vilken maxvikt som kärran får lastas med.

Plats där barn kan sitta ska ha säkerhetsbälten, helst med grenband.

Enligt lag ska det *"...på cykel med tillkopplat fordon finnas två av varandra oberoende bromssystem"*. Bra bromspacitet krävs.

Cykelhjälm

Alla barn och ungdomar under 15 år ska enligt lag använda hjälm när de cyklar eller blir skjutsade på cykel. NTF rekommenderar hjälm även i cykelkärran.

Kontrollera att hjälmen är CE-märkt. Det ska stå CE EN 1078 (för barn över 7 år och vuxna) eller EN 1080 (småbarnshjälm med grönt spänne), då vet man att det är en hjälm för cykling.

Se till att hjälmen sitter stadigt och bekvämt på barnets huvud, så att den inte kan trilla av eller skjutas bakåt. När du köper en hjälm till ditt barn ska du inte köpa en för stor hjälm som barnet kan växa i.

Hjälmen ska täcka panna, bakhuvud och hjässa. Tänk på att 70 procent av islagen mot huvudet vid cykelolyckor träffar pannan och/eller tinningen.

Byt ut hjälmen om den har blivit skadad eller utsatt för en kraftig stöt.

Cykelhjälm med grönt spänne

För barn upp till 7 år rekommenderas

en småbarnshjälm med grönt spänne. Den ger samma skydd som en vanlig cykelhjälm, men har ytterligare en funktion i det gröna spännet som öppnas vid en viss belastning. Spännet öppnas om barnet fastnar i en klätterställning eller liknande, vilket är till för att förhindra kvävningsolyckor.

Balanscykel

En balanscykel är en liten cykel utan trampor, som används av barn innan det är dags för den riktiga cykeln. Med balanscykeln använder barnet sina fötter både för att få fart och för att bromsa. Erfarenheten visar att många barn snabbt hittar balansen, och därefter enklare kan gå över till en vanlig cykel. NTF rekommenderar balanscykel innan den trampdrivna tvåhjuliga cykeln och att helt hoppa över stödhjulen.



Tänk på att farten kan bli hög även i en liten nerförsbacke och det kan vara svårt att bromsa. Lösgrus och gropar i marken kan ställa till med problem. Använd hjälm och lek alltid i bilfria miljöer under vuxnas överinseende.

Tvåhjulig cykel

Vid 5-6 års ålder är barnet moget för en tvåhjulig. Köp inte en tvåhjulig med stödhjul, vänta istället tills barnet har den balans som krävs. Med stödhjul kommer barnet lätt upp i allt för höga hastigheter och om olyckan är framme kan det skadas allvarligt. Dessutom tvingar stödhjulen barnet att luta sig åt fel håll i kurvor vilket kan vålla problem när de tas bort.

När du ska köpa den första riktiga cykeln bör du ta med dig barnet så att ni kan

prova ut en som är lagom stor.

Mindre barn ska nå ner till marken med båda fötterna när de sitter på sadeln. För barn i skolåldern, med cykelvana, kan det räcka med att nå ned med ena foten.

Barnets första cykel bör vara utrustad med fotbroms. Vänta med växlar och handbroms, barn har fullt upp med att hålla balansen, styra och bromsa.

Cykeln ska enligt lag vara utrustad med ringklocka och, om cykeln ska användas i mörker med belysning fram och bak, reflexer fram, bak och på hjulsidorna. Det är även bra med ett stöldmärkt lås och kedjeskydd.

När den första cykeln med handbroms köps är det viktigt att bromshandtaget på styret passar barnets hand.



Barn till fots.

Barns trafiksäkerhet är vuxnas ansvar. Det är de vuxnas uppgift att se till att barnens omgivning är så säker som möjligt.

Man kan inte förvänta sig att barn beter sig som vuxna när de vistas i trafiken. Barn är inte alltid konsekventa i sitt beteende. Ett barn kan t ex den ena dagen visa upp ett trafiksäkert beteende men nästa dag agera på ett helt annat sätt. Små barn uppfylls lätt av sina känslor som glädje, ilska eller plötsligt intresse för någonting och ger då lätt efter för sina impulser och kan springa rakt ut i gatan. Ofta tar fantasin över – barn är helt enkelt barn även i trafiken.

Bilfria miljöer

Små barn ska endast vistas på egen hand i bilfria miljöer. Så fort det finns bilar eller andra motorfordon i närheten, är det helt enkelt bäst att hålla barnet i handen.

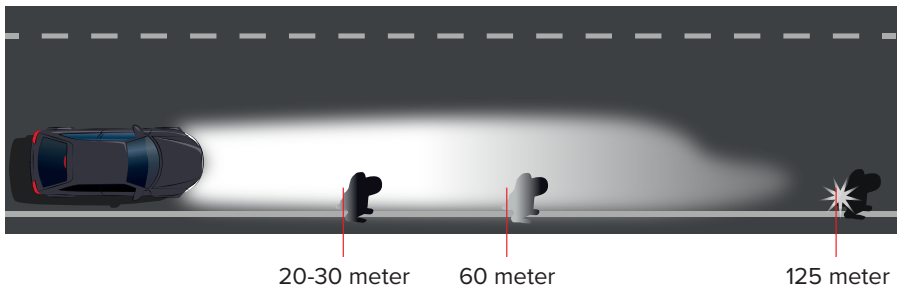
Reflexer

40 procent av alla trafikolyckor där gående är inblandade inträffar när det är mörkt. Genom att bära reflexer syns man bättre och risken för en olycka minskar.

Reflexer hör inte bara hemma på mörka landsvägar. I stadstrafik är det ännu viktigare att bära reflex, trots neonskyltar och gatulyktor. De flesta olyckor med gående sker i tätbebyggda områden med gatubelysning. En anledning till det är troligen att många gående tror att de syns, trots att de inte gör det inifrån en bil.

En bra reflex syns i mörker eller under dåliga siktförhållanden när den träffas av ljuset från en strålkastare, reflexerna återkastar det starka skenet. Bär reflexen lågt så att den hamnar i strålkastarljuset. Reflexer på barnvagnen är viktigt för att synas när man t ex går över ett övergångsställe. För små barn passar reflexvästen bra, den är inte i vägen när barnet leker och finns i barnstorlek.

Om du har mörka kläder upptäcker en bil med halvljus dig på 20-30 meters avstånd och om du har ljusa kläder syns du från 60 meter. Om du bär reflex ser bilen dig redan på 125 meters avstånd.



Kontakta oss **lokalt**

Blekinge: **blekinge.ntf.se**

Dalarna: **dalarna.ntf.se**

FyrBoDal: **fyrbodal.ntf.se**

Gotland: **gotland.ntf.se**

Gävleborg: **gavleborg.ntf.se**

Halland: **halland.ntf.se**

Jämtland: **jamtland.ntf.se**

Jönköping: **jonkoping.ntf.se**

Kalmar: **kalmar.ntf.se**

Kronoberg: **kronoberg.ntf.se**

Norrbotten: **norrbotten.ntf.se**

Skaraborg: **skaraborg.ntf.se**

Skåne: **skane.ntf.se**

Stockholm: **stockholm.ntf.se**

Sörmland: **sormland.ntf.se**

Uppsala: **uppsala.ntf.se**

Värmland: **varmland.ntf.se**

Väst: **vast.ntf.se**

Västerbotten: **vasterbotten.ntf.se**

Västernorrland: **vasternorrland.ntf.se**

Västmanland: **vastmanland.ntf.se**

Örebro: **orebro.ntf.se**

Östergötland: **ostergotland.ntf.se**



SÄKER TRAFIK

