

# Cyklistická přilba může dítěti zachránit život. Pokud je správně vybraná a nasazená

28.5.2024 - Markéta Novotná | PROTEXT

Teplé a slunné dny lákají ven nejen pěší, ale také cyklisty a to i na rodinné cyklovýlety či kratší projíždky v okolí. A pokud jedou i děti, je nezbytné je vybavit kvalitní cyklistickou přilbou. Do 18 let je dokonce povinná. V prvních pěti měsících uplynulých čtyřech let (2020 - 2023) se stalo v součtu 13 nehod cyklistů do 17 let. Bohužel tyto nehody dětských cyklistů si vyžádaly 1 úmrtí a 12 těžce zraněných. Z policejních statistik vyplývá, že nehody se týkají především dětí do 14 let věku. Proto je velmi důležité učit děti správnému a bezpečnému chování, ale nesmíme zapomínat ani na pasivní bezpečnostní prvky, jako je třeba cyklistická přilba. Výběr a správné použití cyklistické přilby má svá pravidla, která v konečném důsledku mohou zachránit život. Důležité je děti od mala motivovat k nošení cyklistické přilby a seznámit s ní dítě v domácím prostředí, ideálně v okamžiku s prvním šlapacím autem nebo odrážedlem. Pokud dítě svolí, nasadíme, necháme jej v přilbě chvíli volně po domě pohybovat. Pokud nesvolí, zkusíme to příště.

Už samotný nákup nové přilby je důležitý. Stejně jako to, že dítě, kterému přilbu kupujeme by se nákupu mělo také účastnit, jak vysvětluje **Markéta Novotná z Týmu silniční bezpečnosti**: „Jednak proto, abychom ověřili, že dítěti bude přilba na hlavě dobře sedět a také proto, aby se dítěti přilba líbila. Přilba musí sedět na obvodu hlavy, který nejprve změříme a podle toho budeme velikost vybírat.“ Následně je nutné zkoušet typy tak, aby sedělo po celém obvodu hlavy upínání. „Aby například nebyla mezera v oblasti za ušima nebo nad spánky. Měla by být dostatečně nasazena - dva prsty nad kořen nosu. Doporučujeme určitě tu, která je vyráběna alespoň technologií In-mold a je opatřena utahovacím mechanismem.“ Pokud kupujete novou cyklistickou přilbu, pak je dobré ji koupit ve specializované prodejně (cykloprodejna, sportovní potřeby). Pomyslnou třešničkou na dortu může být blikačka v týlu.

Rodiče se při výběru a nákupu cyklistických přileb pro děti často dopouštějí chyb. Jednou z nich je neochota kupovat přilby často. Občas je pak možné zahlédnout děti, které mají přilbu posazenou na hlavě, nikoli kolem hlavy. Nebo naopak přilby příliš volné s tím, že argumentem rodičů bývá věta „Oni do toho přece dorostou“. „Dokonce je možné vidět i přilby na první pohled po pádu, slepené, zastaralé. Rodiče by neměli ignorovat ani účel přilby a vždy by ji měli koupit podle využití,“ upozorňuje **ředitel Týmu silniční bezpečnosti Jan Polák** a dodává: „Podle toho, jestli používají přilbu pouze na kolo, na odrážedlo, motorku nebo koloběžku.“ Dalším prohřeškem je vrstvení čepic pod přilbou. Tady platí žádné kulichy, kšiltovky ani zapletené copánky, vynechat sponky, čelenky a další doplňky.

Kdy je čas na novou přilbu? Po každém pádu a není tím myšlený pád přilby z botníku, ale pád cyklisty v přilbě. I když nedojde ke zranění dítěte nebo k viditelnému poškození přilby, není jisté, zda nejsou uvnitř materiálu mikrotrhliny. Samozřejmě je nutné koupit novou, když z ní dítě vyroste. Novou cyklistickou přilbu pořizujeme i podle toho, jak často ji používáme, jak ji skladujeme, jak ji ošetřujeme. „Rekreační cyklisté by měli obměňovat přilbu přibližně jednou za pět let, nadšení cyklisté s častější intenzitou ježdění pak zhruba jednou za tři roky. Cyklisté jezdící denně, profíci alespoň jednou za rok,“ upřesňuje **Markéta Novotná**. Důvodem je únava materiálu způsobená tím, že se v přilbě potíme, svítí na ni slunce a materiál zatěžuje UV záření, ale i déšť má svůj vliv, stejně jako skladování mimo obal, v místech, kde může být vlhko. I ošetření správnými chemickými prostředky materiál časem poznamená.

Z pohledu legislativy, konkrétně Zákona č. 361/2000 Sb., o silničním provozu, se jízdním kolem rozumí i koloběžka. Tedy je zde povinnost přilbu do 18 let používat jak při jízdě na jízdním kole, tak i na koloběžce. „Je nutná i na elektrokole a elektrokoloběžce, tedy pokud splňují technické podmínky, aby nebyli považováni za motocykl nebo zvláštní vozidlo,“ vysvětluje **Jan Polák** a pokračuje „S odborníky BESIP se shodujeme, že jízdním kolem rozumíme také odrážedlo, je to prostě kolo bez šlappek, kde dítě vyvine často vyšší rychlost i než na prvním kole.“ Jakou přilbu budeme používat záleží na činnosti. Pro brusle a skateboard by to rozhodně měla být freestylová přilba, protože více chrání týl. Takové přilby jsou vhodné i pro jezdce na kole či koloběžce, pokud jezdí ve skateparku nebo na pumptracku. Právě pro výhody vyšší ochrany týlu, před hranami překážek. Nevýhodou freestylových přileb je nižší množství větracích otvorů. Proto se nehodí na dlouhý cyklistický výlet. U nejmenších dětí doporučujeme používat freestylovou přilbu co nejlehčí.

Cyklistické bezpečnostní přilby s integrovanými světly nebo reflexními prvky jsou výrazně bezpečnější. Už jen proto, že je cyklista pro ostatní účastníky silničního provozu lépe viditelný. Dánský výzkum již v letech 2004 a 2005 potvrdil mnohem nižší riziko dopravní nehody a souvisejících zranění, pokud cyklista bliká i ve dne. Základ pro chodce a cyklisty je Vidět a být viděn! Nezapomeňme, jak proměnlivé počasí může být.

Projekt Na kole jen s přilbou je spolufinancován z fondu zábrany škod České kanceláře pojistitelů. Mezi významné partnery patří Policie ČR, Horská služba ČR, Skupina Sev.en Česká energie, Mojekolo.cz nebo společnost Rengl.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/cyklisticka-prilba-muze-diteti-zachranit-zivot-pokud-je-spravne-vybrana-a-nasazena/2524593>