Cyklistické přilby musí povinně nosit i neplnoletí, kteří využívají sdílené koloběžky

I jezdec na koloběžce je účastníkem silničního provozu a platí pro něj stejná pravidla jako pro cyklistu. Problémem z bezpečnostního hlediska mohou být sdílené koloběžky a kola ve městech. Často na nich totiž jezdí mladiství, kteří by podle vyhlášky měli jezdit s cyklistickou přilbou. Pád z koloběžky bez přilby může být stejně fatální jako pád z kola. Tu podceňují zejména cyklisté nad padesát pět let. Jen v loňském roce zemřelo při nehodách 43 cyklistů, z toho 70 % z nich přilbu nemělo.

Do 18 let věku je povinností nosit při jízdě na kole či elektrokole cyklistickou přilbu. Totéž ale platí pro jízdu na koloběžce i elektrokoloběžce. Od 18 let je jízda s přilbou na dobrovolnosti a zodpovědnosti každého, kdo si sedne na kolo nebo se postaví na koloběžku. Trend používání cyklistické přilby se mezi roky 2011 a 2020 zvýšil. Jak vyplývá z policejních statistik, zatímco v roce 2011 přilbu při kolizi na hlavě nemělo 73 % cyklistů, v roce 2020 to bylo 58 %. Pro uživatele kol platí na pozemních komunikacích a v silničním provozu jasná pravidla. Ti, co nastoupí na koloběžku si musí uvědomit, že jsou také cyklisty se vším, co k tomu patří. Před lety byl koloběžkář považován za chodce, s rozmachem těchto prostředků došlo k úpravě legislativy a koloběžkář je tak cyklistou.

Problémem z pohledu bezpečnosti mohou být sdílená elektrokola a elektrokoloběžky. Ty si často půjčují i lidé mladší osmnácti let, a do městského provozu vyjedou bez cyklistické přilby. Přitom elektrokoloběžka může dle legislativy jet rychlostí až 25 km/hod. Pád v této rychlosti je srovnatelný s pádem z dvou a půl metru střemhlav. Podle studie Centra dopravního výzkumu z přelomu tisíciletí by 37 % usmrcených cyklistů kolizi přežilo, pokud by měli na hlavě přilbu. Přestože výzkum je starý několik let, jeho apel je stále aktuální. *„S nošením cyklistické přilby by měli rodiče začínat u dětí už od jednoho roku věku. Ve chvíli, kdy se děti začínají učit na prvních odrážedlech, nebo tříkolkách. Rodiče by měli být důslední a nasazovat dětem přilbu třeba i při jízdě na zahradě nebo v bytě. Jedině tak si dítě zautomatizuje a zapamatuje, že k jízdě na kole patří i nasazená přilba,“* říká metodička dopravní výchovy Týmu silniční bezpečnosti **Markéta Novotná**.

Riziko spojené s absencí přilby si více uvědomují sportovní cyklisté, na rozdíl od těch, kteří jezdí převážně ve městě. Obecně platí, a statistiky to potvrzují, že lidé nad 55 let věku cyklistickou přilbu jako důležitý prvek pasivní bezpečnosti podceňují. *„Když se na akcích setkáváme s cyklisty, ptáme se, jestli používají přilbu. Většina z těch starších zavrtí hlavou, že ne. Když se ptáme na důvody, odpovědi se příliš neliší: Nikdy jsem jí nenosil. Za mého mládí to nebylo, proč bych s tím teď začínal,“* doplňuje **plk. Zuzana Pidrmanová, vedoucí oddělení prevence Policejního prezidia policie ČR**. V loňském roce zemřelo při nehodách 43 cyklistů, z toho 70 % z nich nemělo přilbu.

V případě nákupu cyklistické přilby není dobré podléhat levným nabídkám. Vždy je třeba ověřit, že helma získala potřebné bezpečnostní certifikáty platné pro Českou republiku. Na trhu je široký výběr cyklistických

přileb a každý si vybere design, barvu a tvar, který mu vyhovuje a dobře na hlavě sedí. Je třeba si uvědomit, že s jednou přilbou nevystačíte od plnoletosti do důchodu. I rekreační cyklista by měl přilbu po 5 až 7 letech vyměnit. Ti aktivnější častěji. Časem dochází také k únavě materiálu a přilba by při pádu nemusela zafungovat dle předpokladu. Samozřejmostí je, že ochranu hlavy střídají i děti. Hlava se totiž s věkem zvětšuje a nesprávná přilba je víc ohrožením, než ochranou. I pád z malé výšky je pro dítě velmi rizikový a následky mohou být fatální.

Technické provedení přileb jde stále kupředu. Singapurský výrobce Lumos nabízí několik chytrých řešení a hlavně funkcí, které zvyšují bezpečnost jezdce. Modely Ultra a Matrix disponují předním i zadním osvětlením, které se zapíná dlouhým stiskem tlačítka na zátylku helmy. Krátkým zmáčknutím přepínáte mezi režimem svícení nebo blikáním. Intenzitu a vzor blikání je možné ovládat telefonem připojeným přes Bluetooth. Krom toho existuje možnost připojení speciálního ovladače, díky kterému fungují brzdová světla automaticky při zpomalení. Podle zvoleného režimu vydrží světla svítit až 10 hodin a dobíjí se USB-C kabelem. *„Chytré je umístění světel přímo na helmě. V provozu se totiž blikačka pod sedlem může mezi auty ztratit. Světlo na hlavě cyklisty je ale dostatečně vysoko na to, aby vás řidiči zaregistrovali z větší dálky i přes auta, která jedou před nimi,"* upozorňuje **Andrej Guniš z největšího prodejce jízdních kol, elektrokol a cyklodoplňků v ČR Mojekolo.cz**. Mají i zabudované směrovky a díky nim se hodí na kolo, elektrokolo ale i elektrokoloběžky, na nichž se při ukazování směru rukou obtížně balancuje. Směrovky se zapínají ovladačem, který se na řídítka připevňuje jednoduchým elastickým kolečkem a s helmou komunikuje bezdrátově. S hodinkami Apple Watch je možné směrovky zapínat gestem ruky.

Některé cyklistické přilby disponují systémem MIPS. Multidirectional Impact Protection System (MIPS) je dodatečný systém ochrany hlavy, který má při pádu nebo nárazu eliminovat rotační síly. *„Je to vložka ve vnitřku helmy, která je ke skořepině připevněna elastomery, lidově gumičkami. V případě pádu se vnější skořepina helmy okamžitě zastaví o překážku, ale vložka MIPS s hlavou může díky natahování elastomerů pokračovat v pohybu. Systém tak zmírňuje razanci nárazu a pohlcuje část rotačních sil, které by se jinak přenesly až na mozek,“* vysvětluje **Andrej Guniš.**

„Na cyklohlídkách projektu Na kole jen s přilbou vídáme dobrou polovinu těch, kteří nemají správně uvázanou cyklistickou helmu. Děti jí často nosí jako kloboučky na temeni hlavy. Rodiče pod ně dávají čepice, nebo kšiltovky. Pak přilba neplní svoji ochrannou funkci. Jedinou přijatelnou variantou jsou šátky pro běžce, které jsou z tenkého materiálu a minimálně omezí správné uvázání,“ upozorňuje **Jan Polák z Týmu silniční bezpečnosti**. Aby přilba plnila svou funkci, je nutné jí správně nasadit a upevnit. Důležité je seřídit řemínky kolem uší. Vždy musí být jeden před a druhý za uchem, spojení řemínků pak musí být u hlavy pod ušním boltcem. Řemínky pod bradou nesmí být volné, vejít by se tam měli maximálně dva prsty. *„Je důležité si uvědomit, že zodpovídám nejen sám za sebe, ale i za druhé, které bych tu mohl zanechat. Ať už to jsou děti, rodiče nebo přátelé,“* dodává závěrem **Markéta Novotná**.

Hlavním cílem projektu Na kole jen s přilbou je přispět ke snížení nehodovosti a zejména závažných následků dopravních nehod cyklistů, zapříčiněných jejich nesprávným chováním a nepoužíváním bezpečnostních prvků při jízdě na kole, a to prostřednictvím komunikační kampaně zaměřené na informování a motivování cyklistů k dodržování příslušných bezpečnostních zásad při jízdě na kole ve městech, ale i při rekreaci. **Projekt je spolufinancován z fondu zábrany škod České kanceláře pojistitelů**. Mezi významné partnery patří **Policie ČR**, **Horská služba ČR, Mojekolo.cz, Toyota** a podnik **Lesy České republiky, s. p.**