

Säkerhet i bilen

- så skyddar du dig och ditt barn



För din egen säkerhet

I den här broschyren hittar du information om hur du kan öka säkerheten inne i bilen. Du får tips om hur ditt barn åker säkrast, och hur du själv kan minska riskerna att skadas.

Krocksäkerhet

Hur en bil klarar en krock ger en bra uppfattning om hur säker bilen är. Därför används olika metoder för att ta reda på hur krocksäker en bil är, för att sedan informera konsumenterna. I Sverige kommer konsumentinformationen om krocksäkerhet främst från två källor – Euro NCAP och Folksam.

Pisksnärt vanligaste skadan

Varje år får cirka 20 000 svenskar pisksnärtsskador (whiplash). Den i särklass vanligaste orsaken till pisksnärtsskador är att bilar blir påkörda bakifrån. Skadorna kan också uppstå vid frontalkrockar, singelolyckor och ibland även utanför trafikmiljön. Det bästa sättet att skydda sig mot allvarliga pisksnärtsskador är att välja en bil som ger effektivt skydd. Krockkudde, huvudstöd och stolens inställning är viktiga för att skydda mot pisksnärtsskador.

Tänk på att skydda nacken

- Res upp ryggstödet.
- Ställ in huvudstödet så att hela huvudet får stöd. Huvudstödet ska helst nå upp till din hjässa.
- Sitt nära ryggstödet och huvudstödet.
- Håll ordentligt avstånd till bilen framför.
- Om du hinner se i backspeglarna att du kommer att bli påkörd bakifrån, pressa huvudet mot huvudstödet och vrid inte huvudet.

Säkra lasten

Vid en kollision eller hastig inbromsning slungas alla lösa föremål iväg med våldsam kraft. Människor hålls på plats av bilbälten och lasten ligger säkrast i bakluckan. Placera lasten så lågt som möjligt, antingen i bagageluckan eller bakom galler. Använd lastförskjutningskydd eller fästöglor. Låt aldrig tunga föremål ligga lösa i bilen, använd bältena för att säkra eventuell last i baksätet.



Att frontalkrocka i 90 kilometer i timmen är som att falla från tionde våningen

Det kan vara lika farligt att köra för fort som att falla utför ett stup eller från ett högt hus. Men vi uppfattar inte hastigheten som farlig när vi åker bil. Vi inser faran med att falla från en höjd, men inte hur farligt det är att krocka i 90 kilometer i timmen.

Hastigheten avgör skadorna

Hastigheten i kollisionsögonblicket är helt avgörande för hur svårt du skadas i en trafikolycka. Hög hastighet bidrar också till att olyckor över huvud taget inträffar.

Högre fart, längre stoppsträcka

När du ökar farten, blir också bilens stoppsträcka mycket längre. Stoppsträckan delas in i reaktionssträcka och bromssträcka. Reaktionssträckan är den sträcka som du hinner åka under den sekund som det tar att reagera. Bromssträckan är den sträcka som bilen rullar från det att du trampar på bromspedalen tills bilen stannar.

Bältet viktigaste säkerhetsdetaljen

I Sverige är det lag på att använda bilbälte. Bilbältet är den absolut viktigaste säkerhetsdetaljen i bilen – både i framsätet och i baksätet. Om alla använde bälte skulle ungefär 50 liv sparas varje år i den svenska trafiken. Genom att använda bilbälte halveras risken att dödas eller skadas allvarligt vid en kollision.

Allvarliga skador redan vid låga hastigheter

Utan bälte på klarar du i bästa fall en krock i ungefär 7 kilometer i timmen, förutsatt att du är beredd på kollisionen och är tillräckligt stark för att kunna hålla i dig. Redan vid hastigheter under 50 kilometer i timmen slår du med stor kraft i ratten, vindrutan eller andra delar av bilen om du inte har bilbälte.

Passagerare är tunga vid en krock

Passagerarna i baksätet måste också ha bälte på sig. Den som inte har bälte på sig vid en kollision kastas framåt med en väldig kraft, som kan slå ihjäl den som sitter framför.

Krockkuddar är en del av bilens säkerhetssystem

Krockkuddar och bilbälte är tillsammans ett bra skyddssystem i bilen, och du måste alltid använda bilbältet för att krockkudden ska få rätt säkerhetseffekt. Den största risken vid en frontalkrock är att huvudet eller bröstet slår i bilens inredning, exempelvis ratten, instrumentbrädan, vindrutan eller främre sidostolparna. Genom att använda bilbältet minskar risken för skador betydligt. Med krockkudde minskar risken ytterligare.

Sidokrockkuddar inte farliga

I många bilar finns även krockkuddar på bilens insidor. Risken är liten att barn som sitter på rätt sätt i babyskydd eller baktåtvänd bilbarnstol ska ta skada av sidokudden.

Varningsmärke

Bilar med krockkudde på passagerarplats ska ha ett varningsmärke som tydligt varnar för att montera och använda en bilbarnstol på passagerarplatsen. Om märke saknas, finns sådana att få från bilens auktoriserade återförsäljare.





Barn behöver mer skydd än vuxna

En häftig inbromsning, en krock i 40 kilometer i timmen. Det behövs inte mycket för att ett barn ska skadas under en bilfärd. Varje år dödas och skadas barn för att bilbälte eller annat skydd för barn inte använts på rätt sätt.

Liten kropp kräver extra stöd

Barnets huvud är stort och tungt i förhållande till kroppen, och nacken är bräcklig. När en bil krockar kastas barnets huvud framåt och bakåt med våldsam kraft. För att barnet ska kunna klara en sådan påfrestning behövs extra skydd i bilen.

Läkare och forskare rekommenderar att barn ska använda bältesstol eller bälteskudde tills de är 10–12 år. Enligt lagen ska alla barn som är kortare än 135 centimeter använda en särskild skyddsanordning, det vill säga babyskydd, bilbarnstol, bältesstol eller bälteskudde.

Bakåtvänt är bäst

Till cirka fyra års ålder färdas barnet säkrast bakåtvänt. En bakåtvänd stol tar emot de våldsamma krafterna och skyddar barnets känsliga huvud och hals. Små barn som åker i framåtvända barnstolar löper en fem gånger högre risk att dödas eller skadas svårt, jämfört med barn i bakåtvända bilbarnstolar. Därför ska du inte vända ditt barn för tidigt. Rekommendationen är att barn sitter bakåtvända så länge som möjligt, normalt tills de är ungefär fyra år.

Krockkuddar är en del av bilens säkerhetssystem

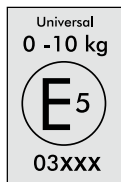
Krockkuddar och bilbälte är tillsammans ett bra skyddssystem i bilen. Men en inkopplad krockkudde på passagerarplatsen kan vara en livsfara för ett barn. Däremot är sidokrockkuddar ingen fara för barn i bilbarnstol.

Koppla ur passagerarplatsens krockkudde

Bakåtvänd bilbarnstol och en krockkudde på passagerarplats är en livsfarlig kombination. Den kraft som skjuter ut krockkudden vid en kollision är enorm och kan vara förödande. Därför ska babyskydd, bilbarnstol, bältesstol eller bälteskudde aldrig användas på passagerarplats som har inkopplad krockkudde. Låt en auktoriserad märkesverkstad koppla ur krockkudden, om du inte har en bil där du själv kan stänga av den med nyckel. I vissa bilar kan inte krockkudden kopplas ur. Det är först när barnet är 140 centimeter långt som det är säkert för barnet att sitta på passagerarplats med inkopplad krockkudde.

Välj godkänt och prova

Vänd dig till en butik där du får information av utbildad personal och hjälp att prova stolen med barnet i bilen. Stolen ska vara godkänd för barnets vikt. Tänk på att det finns bakåtvända bilbarnstolar som inte är godkända för att användas i baksätet. Försäkra dig om att baby-skyddet, bilbarnstolen eller bälteskudden är Europagodkänd och E-märkt enligt EG-direktiv eller ECE-reglemente 44-03, eller senare version. Det innebär att godkännandenumret ska börja med siffrorna 03 eller 04.



Vad säger lagen?

I Sverige har vi regler som säger att alla som åker bil ska använda bilbälte. Dessutom ska barn som är kortare än 135 centimeter använda en särskild skyddsanordning, babyskydd, bilbarnstol, bältesstol eller bälteskudde.

Barn som är yngre än tre år får inte färdas i ett fordon, där barnet inte har möjlighet att använda en särskild skyddsanordning för barn, annat än vid tillfällig färd i taxi under korta resor. I sådant fall får barnet dock inte färdas i framsätet.

Barn som är tre år eller äldre och kortare än 135 centimeter får inte åka i ett fordon där det inte finns möjlighet att använda en särskild skyddsanordning för barn. Vid tillfälliga transporter under korta sträckor är det dock tillåtet. I sådana fall ska barnet i stället använda bilbältet när det är möjligt och får då inte åka i framsätet i en personbil eller i en lätt lastbil.

Alla som är äldre än tre år och som färdas i en buss, ska använda bussens säkerhetsbälten eller annan skyddsanordning, där det finns. Trafikverket rekommenderar att alla barn använder bilbälte, även de barn som är yngre än tre år.

Det får inte färdas fler passagerare i bilen, än vad bilen är registrerad för. Passagerare i bilen ska färdas på en plats som är avsedd för passagerare.

Tänk på

- Utrustningen ska passa både barnet och bilen.
- Prova alltid före köp.
- Följ anvisningarna noga.
- Kontrollera att barnet sitter säkert med bilbältet rätt använt innan du startar bilen.
- Barn ska aldrig sitta på passagerarplatsen med inkopplad passagerarkrockkudde.
- Säg till att du vill ha bilbarnstol, bältesstol eller bälteskudde när du beställer taxi.
- Det är du som är vuxen som ansvarar för att barn i bilen använder bilbälte eller annat skydd, som bilbarnstol eller bälteskudde.



Babyskydd

Från nyfödd till cirka 9 månader

Babyskyddet är säkert och bekvämt. I takt med att babyn växer kan du behöva byta till en större modell.

Välj med omsorg

Babyskyddet ska vara lagom stort. Babyn ska vila stadigt och bekvämt, med skydd för hela huvudet. Observera att babybäddar och skyddsnät för barnvagnsinsatser inte ger fullgott skydd. Om du ändå väljer en sådan lösning ska barnet placeras med huvudet mot bilens mitt. Babyskydd, babybäddar och skyddsnät till barnvagnsinsatser ska vara Europagodkända och E-märkta, läs mer under ”Välj godkänt och prova” på sidan 8.

Fram- eller baksätet

Babyskyddet placeras bakåtvänt i framsätet eller baksätet. För den som är ensam vuxen i bilen är det oftast tryggast att ha det lilla barnet bredvid sig i framsätet. Krockkudden på passagerarplatsen ska då vara urkopplad. Är man två vuxna i bilen är det säkrast om babyn och en vuxen åker i baksätet.

Bältet håller skyddet på plats

Babyskyddet ska sitta stadigt. Luta det inte för mycket. Barnet hålls på plats av det bälte som hör till babyskyddet, och själva babyskyddet sätts fast med bilbältet. Avståndet till instrumentbrädan, eller till sätet framför, ska vara så stort som möjligt. Bilbältets ”höftdel” dras i de flesta fall över babyskyddet och barnet, medan ”diagonal delen” dras bakom babyskyddet. Observera att det finns många modeller, följ anvisningarna noga.

Kontrollera noga

- Barnet ska använda det bälte som hör till babyskyddet.
- Bilens bälte som håller fast babyskyddet ska vara sträckt.
- Babyskyddet är urvuxet när barnets huvud sticker upp ovanför kanten.
- Barn ska aldrig sitta på passagerarplats med inkopplad krockkudde. Låt en auktoriserad märkesverkstad koppla ur krockkudden om du inte har en bil där du själv kan stänga av den med nyckel.

Bakåtvänd bilbarnstol

Från cirka 7 månader till 4 år

När barnet kan sitta stadigt utan stöd är det dags att byta från babyskydd till en bakåtvänd bilbarnstol. Den monteras bakåtvänd i framsätet eller baksätet. Kontrollera att stolen är godkänd för framsätes- eller baksätesmontering. Barnet hålls på plats av det bälte som hör till bilbarnstolen. Tänk på att det är större risk att barn skadas vid en kollision om de sitter i en framåtvänd bilbarnstol.

Följ monteringsanvisningarna

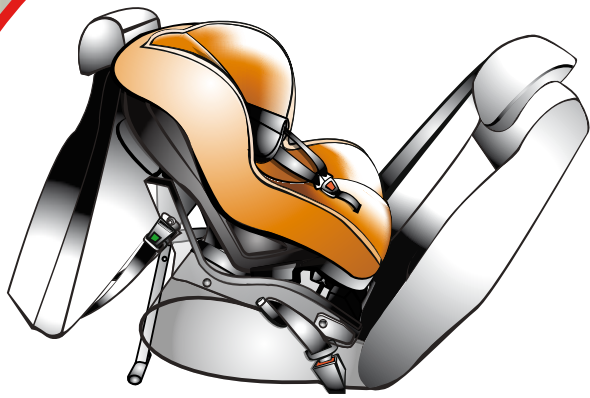
Den bakåtvända stolen monteras med speciella fästanordningar. Bilbältet hjälper till att hålla stolen på plats. I framsätet ska stolen oftast luta mot instrumentbrädan (aldrig mot vindrutan). På bilbarnstolar som ska användas i baksätet är det vanligt att stolen har stödben som står mot bilens golv. Observera att det finns många modeller, följ anvisningarna noga.

Vänd inte barnet för tidigt

Barn bör åka bakåtvänt så länge som möjligt. Stolen är urvuxen när barnets huvud inte får tillräckligt stöd, eller när viktgränsen har passerats. Då kan du behöva byta till en större bakåtvänd modell. För bilbarnstolar som är godkända för framåtvänd användning, tas vanligtvis stolens bälte och fästanordning bort. Ett säkrare val är istället en bältesstol eller bälteskudde som styr bältet ner över barnets höfter och lår.

Kontrollera noga

- Bilbarnstolen ska vara Europagodkänd och E-märkt, läs mer under "Välj godkänt och prova" på sidan 8.
- Bilbarnstolen monteras oftast med speciella fästanordningar. Belasta stolen och spänn banden så att stolen sitter stadigt.
- Barnet ska använda det bälte som hör till bilbarnstolen. Sträck bältet. Se till att bältets "höftdel" inte hamnar för högt upp. Det ska löpa över barnets lår, inte över magen.
- Barn ska aldrig sitta på passagerarplats med inkopplad krockkudde. Låt en auktoriserad märkesverkstad koppla ur krockkudden om du inte har en bil där du själv kan stänga av den med nyckel.
- Är du osäker på om stolen är godkänd för framsätes- eller baksätesanvändning, kontakta återförsäljaren.





Bältesstol/kudde

Från cirka 4 år till 10-12 år

Läkare och forskare rekommenderar att barn ska använda bältesstol eller bälteskudde tills de är 10–12 år. Så länge skelettet inte är färdigutvecklat, behöver barnen lyftas upp för att bilbältet ska kunna skydda kroppen. Enligt lagen ska alla barn som är kortare än 135 centimeter använda en särskild skyddsanordning, det vill säga babyskydd, bilbarnstol eller bältesstol/kudde.

Se till att bältet hamnar rätt

Hjälp barnen att sträcka bältet rätt – nära halsen, över bröstbenet och ner över låren – inte över magen. Ju närmare kroppen desto bättre skydd får barnet. Försök att lätta på tjocka ytterplagg och dra bältets ”höftdel” under kläderna.

Bältesstol eller bälteskudde

Skillnaden mellan bältesstol och bälteskudde handlar främst om det höga ryggstödet. Om barnet sitter på en plats som saknar huvudstöd är bältesstolen bäst. Stolen hjälper också till att hålla bältet på plats när barnet sover.

Koppla ur krockkudden

Barn i framåtvänd bilbarnstol eller på bältesstol eller bälteskudde riskerar att skadas om de åker på en plats med inkopplad krockkudde. Det är först när barnet är 140 centimeter långt som det är säkert för barnet att sitta på passagerarplats med inkopplad krockkudde.

Kontrollera noga

- Bilbältet ska hålla både barnet och stolen eller kudden på plats. Sträck bältet.
- Låt aldrig barnet ha bältet under armen.
- Bältet ska vila nära halsen.
- Se till att bältets ”höftdel” inte hamnar för högt upp. Det ska löpa över barnets lår, inte över magen.
- Låt en auktoriserad märkesverkstad koppla ur krockkudden om du inte har en bil där du själv kan stänga av den med nyckel.
- Bältesstolen eller bälteskudden ska vara Europagodkänd och E-märkt, läs mer under ”Välj godkänt och prova” på sidan 8.

Frågor och svar om barn i bil

Ska barn sitta i framsätet eller baksätet?

Baksätet är som regel säkrast – om man bara ser till riskerna vid en krock. Men det gäller inte för barn i bakåtvända bilbarnstolar. Under förutsättning att passagerarkrockkudden är avstängd finns ingen skillnad i krocksäkerhet mellan fram- och baksätet. Sedan måste man naturligtvis väga in det lilla barnets behov av tillsyn. Om man är ensam vuxen i bilen kan det vara bättre att ha barnet i framsätet.

Vilken plats i bilen är säkrast?

Mittersta platsen i baksätet är säkrast, förutsatt att det finns huvudstöd och trepunktsbälte. Här sitter man längst bort från eventuella krockpunkter.

Var köper man bilbarnstolar?

I butiker för barnsäkerhetsartiklar och bilhandeln. Se till att du får tala med utbildad personal.

Vilken stol är bäst?

Prova stolen med barnet i bilen. Stolen ska vara godkänd för barnets vikt, varken för stor eller för liten. Köp gärna en robust stol med kraftiga sidor, som skyddar vid en krock från sidan.

Hur vet man att bilbarnstolen är godkänd?

Bilbarnstolen eller bälteskudden ska vara Europagodkänd och E-märkt enligt EG-direktiv eller ECE-reglemente 44-03, eller senare version. Det innebär att godkännandenumret ska börja med siffrorna 03 eller 04.

Hur vet man att stolen monterats rätt?

Olika modeller monteras på olika sätt. Köp stol där du kan få information och hjälp av utbildad personal. Följ anvisningarna noga.

När är stolen urvuxen?

Babyskyddet eller bilbarnstolen är urvuxen när barnets huvud inte får ett tillräckligt stöd. Barnet ska sitta bekvämt, ha skydd för huvudet och plats för benen. Skyddet ska vara godkänt för barnets vikt.

När kan barnet börja åka framåtvänt?

Låt barnet färdas bakåtvänt så länge som möjligt (helst till cirka 4 års ålder). Barnets huvud är stort och tungt i förhållande till kroppen, och halsen är bräcklig. När en bil krockar kastas barnets huvud framåt och bakåt med våldsam kraft. Att åka bakåtvänt ger ett bättre skydd vid en krock.

Var får man tag på stol till barn med funktionshinder?

En del barn med funktionshinder kan inte använda de standardprodukter som finns att köpa i öppna handeln. Det gäller i första hand barn med rörelsehinder av olika slag. Hjälpmedelscentralen tillsammans med habiliteringen kan ge råd och praktisk hjälp med specialanpassning av bilbarnstolen eller andra sittanordningar i bilen. Boken "Åka säkert – om trafiksäkerhet för barn med funktionshinder" finns att beställa hos Hälsouniversitetet i Linköping, Statens väg- och transportforskningsinstitut (VTI), eller Riksförbundet för rörelsehindrade barn och ungdomar (RBU).

Begagnat, vad ska man tänka på?

Stolen ska vara oskadad. Ta av klädseln och kontrollera att skal och stötupptagande delar är hela. Alla tillbehör och monteringsanvisningar ska vara med. Se till att bilbarnstolen är Europagodkänd och E-märkt med godkännandenummer som börjar med siffrorna 03 eller 04.

Gravid - vad ska man tänka på?

Använd bilbältet, det är säkrast för både mamman och babyn i magen. Bältet dras över bröstbenet och under magen, ner mot låren. Undvik om möjligt att köra själv i slutet på graviditeten. Ratten och krockkudden kan skada babyn om olyckan är framme. Det finns speciella bälten för gravida men de höjer inte säkerheten utan är enbart för komfort.

När får barnet sitta på en plats med inkopplad krockkudde?

Det är först när barnet är 140 centimeter långt som det är säkert för barnet att sitta på en plats med inkopplad krockkudde.

Är sidokrockkudden farlig för barn?

Risken är liten att barn som sitter på rätt sätt i babyskydd eller baktåtvänd bilbarnstol ska ta skada av sidokudden.

Finns det några nödlösningar?

Kan man sätta två barn i samma bälte? Kan babyen sitta i knät? Nej, det finns inga säkra nödlösningar. Varje barn behöver ha sin plats, sitt bälte och sin skyddsutrustning. Barn ska aldrig sitta i knät på vuxna i bilen.

Vad gör man om barnet inte vill sitta fast?

Stanna bilen och ta en paus ...

Hur många får åka i bilen?

Det får inte färdas fler passagerare i bilen, än vad bilen är registrerad för. Passagerare i bilen ska använda de platser som är avsedda för passagerare.



Säkerhet i bilen – så skyddar du dig och ditt barn

- ✓ **Prova före köp!**
Utrustningen ska passa både barnet och bilen.
- ✓ **Montera rätt!**
Ta reda på hur bilbarnstolen ska monteras och användas. Följ anvisningarna noga.
- ✓ **Vänd inte barnet för tidigt!**
Låt ditt barn åka bakåtvänt så länge som möjligt, helst tills barnet är 4 år.
- ✓ **Kontrollera noga!**
Barn ska sitta säkert med bilbältet rätt använt innan du startar bilen.
- ✓ **Koppla ur krockkudden!**
Kontrollera att passagerarplatsens krockkudde är urkopplad om barnet ska sitta i framsätet.

Broschyren är gratis och kan beställas från Trafikverket på telefon 0243-755 00.

Vill du ha mer information? Kontakta oss gärna.
Trafikverket: www.trafikverket.se



TRAFIKVERKET

Trafikverket, 781 89 Borlänge, Besöksadress: Rödavägen 1
Telefon : 0771-921 921, Texttelefon: 010-123 50 00

www.trafikverket.se