

Trygg Trafikk har sammen med Tryg Forsikring testet sykkelhjelmer for voksne hos RISE Research Institutes of Sweden. I den norske hjelmtesten legger vi vekt på sikkerhet og hjelmene er rangert etter hvor god beskyttelse de gir.

Sykkelhjelmer er den viktigste beskyttelsen syklistene har for å unngå alvorlige hodeskader i en ulykke. Det er store forskjeller mellom sykkelhjelmer, både når det gjelder pris og hvordan de beskytter ved et fall.

Det er beregnet at over en tredjedel av alle skader hos syklistene er hodeskader, og den vanligste hodeskaden er hjernerystelse, som hovedsakelig oppstår ved skråstøt med rotasjonskraft. Den norske hjelmtesten viser hvilke sykkelhjelmer som gir best beskyttelse ved skrå støt, og det er mulig å oppnå totalt fem stjerner i testen vår.

Vi har valgt å følge samme tilnærming til testing av sykkelhjelmer som Folksam har utviklet i Sverige sammen med RISE og KTH.

Sykkelhjelmene har gjennom denne testen blitt utsatt for både rette og skrå slag med rotasjonskraft. Rotasjon av hodet under støt, vet vi er avgjørende for hjerneskade og de tre testene med rotasjonskraft danner grunnlaget for rangering av sykkelhjelmene.

Vi har gjort fem tester per hjelm. For å sikre resultatet ble to hjelmer testet for hvert testtrinn. De to første testene tilsvarer lovkravene til sykkelhjelmer og innebærer et rett slag i hodet i 20 kilometer i timen.

Deretter har vi gjort ytterligere tre tester som reflekterer skråstøt med forskjellige treffpunkter og rotasjonsretninger. Testene ble utført med en treffhastighet på 22 km i timen.

Testene har blitt utført på laboratorier hos RISE som har lang erfaring med å teste sykkelhjelmer.

Pris: 1999 Vekt: 369 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Sweet Protection Trailblazer MIPS oppnår fem stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 19,28 prosent ved skrå støt.

Pris: 949 Vekt: 339 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Sweet Protection Ripper MIPS oppnår fem stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 19,91 prosent ved skrå støt.

Pris: 949 Vekt: 349 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Lazer Armor 2.0 MIPS oppnår fire stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 27,07 prosent ved skrå støt.

Pris: 499 Vekt: 285 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Biltema 270702 – MTB HELMET MIPS oppnår fire stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 29,09 prosent ved skrå støt.

Pris: 749 Vekt: 295 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Lazer Roller MIPS oppnår fire stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 29,42 prosent ved skrå støt.

Pris: 2099 Vekt: 407 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Abus Pedelec 2.0 MIPS oppnår fire stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 35,99 prosent ved skrå støt.

Pris: 799 Vekt: 248 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Limar Alben Mips oppnår fire stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 36,95 prosent ved skrå støt.

Pris: 1299 Vekt: 371 Rotasjonsbeskyttelse: MIPS Testår: 2023

Testresultat: Giro Caden Mips oppnår tre stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 46,78 prosent ved skrå støt.

Pris: 149 Vekt: 239 Rotasjonsbeskyttelse: Nei Testår: 2023

Testresultat: Biltema 271986 – BICYCLE HELMET SR BLK oppnår tre stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 52,76 prosent ved skrå støt.

Pris: 1999 Vekt: 459 Rotasjonsbeskyttelse: Nei Testår: 2023

Testresultat: Abus Pedelec 2.0 Ace Sykkelhjelmer oppnår to stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 69,58 prosent ved skrå støt.

Pris: 599 Vekt: 275 Rotasjonsbeskyttelse: Nei Testår: 2023

Testresultat: Limar Alben oppnår to stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 69,79 prosent ved skrå støt

Pris: 899 Vekt: 285 Rotasjonsbeskyttelse: Nei Testår: 2023

Testresultat: Lazer Tonic KinetiCore oppnår to stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 71,67 prosent ved skrå støt

Pris: 699 Vekt: 315 Rotasjonsbeskyttelse: Nei Testår: 2023

Testresultat: Sweet Protection Ripper oppnår to stjerner i testen med en samlet risiko for hjernerystelse på 71,81 prosent ved skrå støt

I denne videoen ser du belastningen hjernen utsettes for med en av hjelmene som gir best beskyttelse. Simuleringen viser at belastningen på hjernen er betydelig lavere med de beste hjelmene og dermed er også risikoen for skader betydelig lavere.

I denne videoen ser du belastningen hjernen utsettes for med hjelmen som ga dårligst beskyttelse i testen. Simuleringen viser at belastningen på hjernen er betydelig høyere med den dårligste hjelmen og dermed er også risikoen for skader betydelig større.

Det fins store forskjeller mellom sykkelhjelmer, både når det gjelder pris, men også hvordan de beskytter ved et fall.

Alle sykkelhjelmer må testes før de får godkjent CE-merking, men kravene til CE-merking er i dag lave og det testes kun for rette slag mot hjelmene og ikke skrå slag med rotasjonskraft. Det er ved rotasjonskraft at risikoen for hodeskader er størst. Derfor har vi ønsket å teste sykkelhjelmene for både rette og skrå slag med rotasjonskraft.

Trygg Trafikk og Tryg Forsikring har testet de mest solgte sykkelhjelmene på det norske markedet, slik at du kan gjøre et trygt og godt valg når du skal kjøpe sykkelhjelme.

Da vi valgte hjelmer å teste, ønsket vi å finne de vanligste hjelmene på det norske markedet. Vi så på salgsstatistikk og konsulterte ansatte i sykkel- og sportsbutikker.

Alle hjelmene som inngår i den norske hjelmtesten, er allerede testet og godkjent etter CE-standarder. For å oppfylle europeiske krav til CE-merking er hjelmene kun testet for rett støt. Et rett slag reflekterer hjelmens energiabsorpsjon, men ikke det som skjer i hjernen. I vår hjelmtest utsettes sykkelhjelmene for flere og tøffere slagtester enn hva CE-sertifiseringen krever.

Basert på testresultatene har vi utført datasimulering for å bedre kunne vurdere risikoen for hjernerystelse i de skrå slagene basert på målte verdier i de fysiske testene. Her har vi brukt en modell av den menneskelige hjernen som er utviklet av forskere ved Kunglig Teknisk Institutt (KTH).

Ettersom modellen er basert på hvilken belastning hjernen tåler, ble denne brukt for å finne ut om de målte verdiene var skadelige – og hvilken hjelm som reduserer kreftene på hjernen best. Rød betyr høy belastning og blå lav belastning.

Trygg Trafikk har sammen med Tryg Forsikring testet sykkelhjelmer for barn hos RISE Research Institutes of Sweden. I den norske hjelmtesten legger vi vekt på sikkerhet og hjelmene er rangert etter hvor god beskyttelse de gir.

Sykelhjelme er den viktigste beskyttelsen for små som beveger seg på to hjul. Her kan du lese det viktigste om riktig bruk av sykkelhjelme for barn.

Tryg har i mange år støttet Trygg Trafikks arbeid med opplærings- prosjekter og innsats for sikker sykling. Siden 2017 har vi hatt et felles fokus på økt bruk av sykkelhjelme gjennom digitale kampanjer og mediedekning. Målet er å skape økt oppmerksomhet rundt trygg bruk av sykkel og øke hjelmb Bruken blant hverdagssyklister.

Les vår personvernerklæring