



Skattat antal skadade efter att ha åkt kälke, bob, pulka, snowracer och spark efter ålder och kön.  
Källa: IDB 2003 till 2006, Socialstyrelsen, EpC.

## Olyckor med kälke, bob, pulka, spark & snowracer

Kälkar, bobar, pulkor, sparkar och snowracers har det gemensamt att de går på medar och används normalt på snö och is. De kan vara styrbara eller inte. Drygt 4 000 skador som föranleder ett besök på någon akutmottagning inträffar varje år, se tabellen nedan.

	Män	Kvinnor	Totalt
Kälke, bob och pulka	2 300	1 500	3 800
Spark	130	270	400
Snowracer	110	30	140

Av bilden ovan framgår att flest skador drabbar pojkar i åldrarna fem till 14 år. Dessa skador sker nästan uteslutande med kälke, bob, pulka eller snowracer. De som skadas i sparkolyckor är dock oftast äldre och kvinnor. I diagrammet ovan kan en liten puckel skönjas i åldersklassen 30–44 år, det vill säga föräldragenerationen.

**De flesta skadorna vid bob, pulka och kälkäkning beror på fall.** Därefter följer kollisioner med andra människor och föremål. Även sparkåkare skadas genom fall. För männen beror 80 procent av olycksfallen på fall och för kvinnorna 90 procent. Kollisioner med andra människor och med föremål förekommer också som olycksorsak.

**De flesta olyckorna med kälke, bob och pulka inträffar för både män, 35 procent och kvinnor, 40 procent i bostadsområden.** Därefter följer skolgårdar och skidanläggningar. När det gäller spark så inträffar flertalet olyckor för både män, 40 procent och kvinnor, 60 procent i transportområden. Därefter följer bostadsområden. En del sparkolyckor inträffar också på frusna sjöar och vattendrag. Flertalet olyckor med kälke, bob och pulka inträffar under lek- och fritidsaktiviteter medan sparkolyckorna sker under förflyttningar.

Olyckor med kälke, bob och pulka leder ofta till frakturer för män, 45 procent och för kvinnor, 30 procent. Stöt- och krosskador är vanligare för kvinnor, 35 procent än för män, 25 procent. Över

hälften av alla skadade över 60 år får en fraktur. I åldersklassen 30–49 får över 40 procent av alla skadade män en fraktur medan 26 procent av kvinnorna i samma ålder får en fraktur. Vrickning/stukning är lika vanlig, 15 procent för både män och kvinnor.

Olyckor med kälke, bob och pulka leder för både män och kvinnor ofta till skador på armar och händer, över 60 procent av dessa skador är på händer och handleder. Näst vanligaste kroppsdelen som skadas vid den här typen av händelser är de nedre extremiteterna, i första hand fotleder och fötter följt av huvudskador.

**Olyckor med spark** leder oftast för både män och kvinnor till frakturer. Män drabbas i större utsträckning än kvinnor av öppna sår medan kvinnor oftare får stöt- och krosskador. Olyckor med spark leder för både män och kvinnor till skador på armar, händer, ben och knän.

### Tänk på

- Ska kälken eller pulkan användas i backar måste den gå att styra och bromsa.
- Använd alltid godkänd hjälm.
- Använd skidglasögon.
- Använd ordentliga vinterkläder.
- Ha varmt och lätt på fötterna, inte gummistövlar.
- Använd inte tunga slalompjäxor.