# Opěrky hlavy: zabránění hyperextenzi krku

Publikováno: 7. 3. 2007

---

Zdroj: www.swov.nl

Opěrky hlavy jsou důležité pro snížení rizika zranění krční páteře (např. hyperextenze krku) při nárazech do zadní části vozidla. Hyperextenze krku je obecné označení symptomů, které jsou výsledkem prudkého pohybu hlavy směrem dozadu. V několika posledních letech vzrostl počet dopravních nehod, při nichž došlo k nárazu do zadní části vozidla. V letech 1995/96 proběhla v Nizozemí kampaň ve snaze snížit důsledky nárazů do zadní části vozidla nastavením opěrek hlavy.

## Požadavky na opěrky hlavy: správné nastavení

Existují evropské směrnice, které musejí opěrky hlavy splňovat. Minimální výška opěrek je 75 centimetrů mezi bodem 5 cm nad sedadlem a vrchním bodem opěrky hlavy. U nastavitelných opěrek hlavy je vrchní bod měřen v pozici nastavení opěrky uprostřed mezi nejnižší a nejvyšší možnou polohou.V roce 1997 EU schválila větší výšku opěrek hlavy.

## Správné nastavení

Nejvyšší ochrana je zaručena:

- Správným vertikálním nastavením. Vrchní bod opěrky hlavy musí být pokud možno ve stejné výšce jako vršek hlavy. Minimální výška je v úrovni nad ušima.
- Správnou horizontální vzdáleností mezi hlavou a opěrkou. Ta musí být co nejnižší: v každém případě nižší než 10 cm, pokud možno nižší než 4 cm.

## Nastavení opěrky hlavy v praxi

V roce 1995 bylo velké množství opěrek nastaveno nesprávně. Proto byla v letech 1995 až 1997 uskutečněna kampaň seznamující se správným nastavením opěrek. Kampaň zasáhla cílovou skupinu (Mulder, 1997) a měla také vliv na její chování.

Procenta správného nastavení před a po veřejné informační kampani, 1995; (Goldenbeld, 1996).

| | **1995** | **1997** |
|---|---|---|
| řidiči/ky | 39% | 61% |
| spolujezdci/kyně na předních sedadlech | 61% | 74% |

V roce 1998, byla však situace na stejné úrovni jako před kampaní. Její účinnost tak byla pouze krátkodobá. Poslední studie zaměřená na opěrky hlavy byla proveden v roce 2001 (TRC, 2001).

Procento nesprávného nastavení opěrek hlavy
(Mulder, 1998; AVV, 2001).

| **opěrky umístěné příliš nízko** | | |
|---|---|---|
| | 1998 | 2000[1)] |
| vozidla | | |
| řidiči | 26% | 18% |
| spolujezdci na předních sedadlech | 13% | 10% |
| spolujezdci na zadních sedadlech | - | 14% |
| dodávky | | |
| řidiči | - | 14% |
| spolujezdci na předních sedadlech | - | 10% |

## Často nedostatečné možnosti nastavení

V roce 1995 se ukázalo, že u 28 % cestujících na předních sedadlech byla horizontální vzdálenost hlavy od opěrky vyšší než 10 cm (Schoon, 1995a & b). Ve 45 % případů to bylo dáno tím, že zadní část sedadla byla příliš nakloněná. Ve 46 % vozidel nemohla být opěrka nastavena dostatečně vysoko. Studie ukázala, že 91 % nových vozidel bylo vybaveno nastavitelnými opěrkami hlavy. Avšak pro 9 % z nich nefungovalo správně zablokování ve vertikální pozici, zhruba u 20 % bylo nastavení problematické. Z horizontálně nastavitelných opěrek bylo 34 % nastavitelných též vertikálně. Avšak v polovině těchto případů bylo nastavení nefunkční.

Z výzkumu vyplynulo, že řidiči oceňují, pokud jim jsou opěrky hlavy nastaveny do správné polohy odborníkem. To poskytuje skvělé možnosti poskytování informací pro dovozce a prodejce automobilů.