

Bromma 2019-05-06



Flytvästfakta - Hälften skulle överleva!

Sverige är en del av den internationella "Wear It!" kampanjen, som 2019 inträffar mellan den 19 maj och 26 maj. Kampanjen omfattar en lång rad samarbetspartners, från såväl näringsliv som organisationer och myndigheter som vill uppmärksamma nyttan av att använda flytväst på sjön.

Årligen, i Sverige, mister ca 30 personer livet till följd av drunkning i samband med olyckor där fritidsbåtar är inblandade. I genomsnitt är 80 procent av drunkningsoffren män mellan 50 och 90 år och hela 90 procent saknar flytväst när de hittas.

Flytvästanalys 2018

Under 2018 omkom 14 personer i båtrelaterade olyckor. Det är det lägsta antalet någonsin i Sverige. Fem av de omkomna bar flytväst och utav de fem hade två stycken en uppblåsbar väst som inte hade löst ut! Av de nio personer som *inte* bar flytväst, har den hypotetiska frågan ställts om vilka chanser till överlevnad med flythjälp och larmning de personerna skulle ha om de burit/haft flytväst. Resultatet av analysen visar att fyra personer skulle överlevt om de burit flytväst, fem personer om de burit flytväst/uppblåsbar flytväst och kunnat larma och sju personer om de hade burit flytoverall och kunnat larma. Samtliga omkomna var män med ett åldersspann från 35 – 77 år med en snittålder på 73 år. Olyckan har i tre fall inträffat i en insjö och i hamn. Sju av personerna hade alkohol i blodet som går att hänvisa till intag av rusdrycker, och varierade mellan 0,21 - 3,18 promille.

Av de 264 personer som drunknat i samband med fritidsbåtar de senaste tio åren skulle alltså 132 personer kunnat ha överlevt om de använt flytväst. Och nästan 210 personer skulle överlevt om de använt flytoverall och kunnat larma!

Flytvästanalys utförd av: Svenska Livräddningssällskapet tillsammans med Transportstyrelsen/ Sjösäkerhetsrådet samt läkare specialiserad på bland annat hjärtsjukdomar och naval medicin.

Svenska vuxna befolkningens attityd till flytväst användandet

Enligt en attitydundersökning* genomförd 2018 av Kantar Sifo på uppdrag av Svenska Livräddningssällskapet, visar att 51% av den vuxna befolkningen har åkt fritidsbåt det senaste året, och 81 % av dem har alltid eller oftast flytväst på sig. Så pass stor andel som 91 % anser att det bör vara lag på att barn ska ha flytväst vid färd med fritidsbåt och 81 % anser att det ska vara lag för vuxna att bära flytväst vid båtfärd. Vid en jämförelse från attitydundersökning 2007 kan vi se en förskjutning i förhållande till synen på att dels använda flytväst och dels acceptansen för en flytvästlag. I undersökningen som genomfördes 2007** var det 35 % som sällan eller aldrig använde flytväst medan den andelen sänkts till 17 % i 2018 års undersökning.

Vidare uppger 58 % att de är för en flytvästlag 2007, men 2018 har andelen för en flytvästlag ökat till 81 %. Av de som uppger att de anser att det är bra med en flytvästlag bör det nämnas att det är en markant skillnad i vad man uppger mellan män och kvinnor. Så pass stor andel som 91 % av kvinnorna anser att det är bra med en lag medan endast 71 % av männen uppger att det är bra. Intressant också att notera att de som uppger sig vara simkunniga är det bara 78 % som uppger att det är motiverat med en flytvästlag medan av gruppen som uppger att de inte är simkunniga uppger så pass stor andel som 92 % att det bra med en flytvästlag. Vuxnas attityder till alkoholintag i samband med båtfärd är det endast 3 % som uppger att de är positiva.

** Undersökningen genomfördes december 2018 genom 1 000 intervjuer bland vuxna, 18 - 79 år, och ungdomar, 12 - 17 år, via webbpanel. De tillfrågade vuxna anses representera ett befolkningstvärsnitt vad gäller kön – ålder – bostadsort. I januari 2019 intervjuades 500 nyanlända (inskrivna på SFI samt med härkomst från Afghanistan, Eritrea, Somalia, Irak eller Syrien) 16 år och äldre.*

*** Observera att 2018 var åldersspannet i målgruppen vuxna 18–79 år. Tidigare års undersökningar var åldersspannet 19–70 år.*

Andra orsaker till drunkning

Det finns exempel på när mycket vattenvana och skickliga simmare som fallit i sjön och **inte hittat vattenytan**. Med kraftfulla simtag har de simmat åt fel håll. Risken för detta är särskilt stor om det är mörkt eller om vattnet är grumligt. Det räcker med drygt 2 liter flytmateriel eller en tom 1½-liters petflaska för att en människa ska flyta upp till ytan utan att behöva simma.

Den som oväntat och ofrivilligt faller i sjön befinner sig i en farlig situation. Det plötsliga, oväntade fallet är en helt annan sak än att frivilligt hoppa i sjön i samband med bad och lek. Vattnet i havet och våra sjöar är nästan alltid farligt kallt. Den omedelbara **köld-chocken** som inträffar då man plötsligt hamnar i vattnet leder till häftig andhämtning, **hyperventilering**. Med lite otur kan det leda till våldsamma kallsupar som i sin tur kan leda till drunkning. Bästa skyddet mot hyperventileringen är bra klädsel och en flytväst.

Den omedelbara köldchocken kan också leda till **hjärtproblem**. Även friska ungdomar kan drabbas. Men mest utsatta för den här risken är personer med tidigare hjärtproblem och män över 40 år. Återigen är det klädseln som är det bästa skyddet mot dessa problem. Särskilt män över 40 bör vara nogna med att klä sig varmt och ha flytplagg när de vistas i båt eller nära sjön.

En människa som hamnar i kallt vatten drabbas av **nedkylning**, hypotermi. Redan när kroppstemperaturen sjunkit ett par grader blir det svårt att kontrollera rörelserna. Finmotoriken försämras snabbt, omdömet sviktar och risken att drunkna ökar. Redan vatten som är kallare än 25°C innebär en påtaglig risk och vid temperaturer under 15°C är risken för allvarlig nedkylning överhängande. Vid ett experiment i en bassäng med 10-gradigt vatten klarade en olympisk simmerska att simma 8 minuter. Sedan var hon fullständigt utmattad och måste hjälpas ur vattnet. Hon var klädd i jeans och T-shirt.

Vågor är ett problem. I hårt väder är det svårt att simma vänd mot brottsjöarna. Risken för svåra kallsupar och drunkning ökar. Utmattning och nedkylning förvärrar saken ytterligare. Kläder och flytplagg ska vara utformade så att det går bra att röra sig i vattnet. Dessutom är det önskvärt med så mycket flytkraft som möjligt. Simkunnighet och god vattenvana spelar stor roll. Den som klarar att behålla lugnet, andas när det är möjligt och att hålla andan när vattnet spolar över ansiktet har bäst chanser att klara sig. För att bli räddad **krävs att man syns och hörs**. Idag finns flythjälpmiddel med fluorescerande färger i olika nyanser av rött, orange eller gult som har bäst chans att synas även under dåliga förhållanden. Vissa fluorescerande färger har dock visat sig ha dålig hållbarhet. I värsta fall har de bleknat efter bara en säsong. En mobiltelefon i ett vattentätt fodral eller en vattentät, bärbar VHF-radio kan vara en fantastisk hjälp för en ensam person som fallit i sjön. Det går att trycka på mobiltelefonens knappar och tala genom fodralet.

Att välja rätt flytväst eller flytplagg

Efter simkunnighet och vattenvana är flytväst eller flytkläder den bästa livförsäkringen mot drunkning. Det finns flera olika plagg och västar som hjälper oss att flyta. Men vilken flytväst är bäst?

Vilken som passar bäst är helt beroende på vad du tänker syssla med. Men en sak är säker: *Den bästa flytvästen är den som du är beredd att ha på dig*. Alla varianter av flytvästar och flytplagg har olika begränsningar. De med störst flytkraft kan upplevas vara lite besvärliga att ha på sig. De uppblåsbara västarna är rätt bekväma att ha på sig innan de är uppblåsta. Men, de är inte så bra att simma och klättra med och de kräver noggrann skötsel.

Den ökade användningen av seglarvästar och flytjackor har räddat många liv just därför att de verkligen sitter på plats då de behövs.

Flytvästar brukar ha en märkning som talar om vilken viktklass de är avsedda för. Det som är viktigt är att flytvästen sitter bra. Med det menas framför allt att den inte sitter för löst på kroppen. Om den sitter för löst kommer den att flyta upp över axlar och huvud om bäraren hamnar i vattnet. I värsta fall kan personen till och med glida ur västen.

De flesta västar och många flytplagg är försedda med grenband. Grenband håller västen bättre på plats och bäraren får ett bättre flytläge. Nackdelar med grenband är att de gör det besvärligare att ta av och på västen och dessutom finns en risk att grenbandet fastnar i något då bäraren rör sig ombord. Om grenbandet i en uppblåsbar väst är för hårt åtdraget kan det bli mycket besvärande då västen blåst upp sig och det är inte alltid så lätt att justera för en person som ligger i sjön.

När det gäller flytvästar för barn är det självklart att eftersträva bästa funktion i vattnet och småbarn bör alltid använda grenband.

För normalt fritidsbruk finns tre flytväststandarder indelade efter flytkraft i Newton (N): 50, 100 och 150N. Något förenklat kan sägas att en 150N-väst har en volym på 15 liter. Inom en och samma standard kan flytkraften variera en hel del. En barnflytväst i 100-newtonklassen har inte lika mycket flytkraft som en vuxenväst. En flytoverall kan mycket väl ha 120N flytkraft men ändå klassas som ett 50N flytplagg.

En människa behöver mellan 20-30N bärförmåga för att hålla sig flytande oavsett kroppsstorlek. Därför håller en 50N-väst en till två personer flytande i en nödsituation.

Vill man att västen skall göra något med användaren, till exempel vända en medvetlös person till ryggläge, behövs mera flytkraft – mera Newton.

Olika typer av flytplagg och flytvästar

För en simkunnig och vattenvan person är **seglarvästen** ett bra alternativ. De är olämpliga för små barn och för äldre som inte kan simma. Seglarvästarna påminner om vanliga västar. De värmer och är bekväma att röra sig i. Seglarvästarna har inga ambitioner att vända en medvetslös person till ryggläge. Däremot ger de bra rörelseförmåga både på land och i vatten. I kombination med andra kläder skyddar de något mot nedkyllning i vatten.

Kanotvästar har liknande egenskaper som seglarvästar men är designade för extra god rörlighet för den som sitter i en kajak. Kanotister syns ofta dåligt från andra båtar. Därför är det bra att välja en kanotväst i väl synlig färg. För fritidsfiskare finns särskilda **fiskevästar** med många fickor och "tuff" färgsättning. Många är militärgröna, vilket är en färg som inte gläder spanande sjöräddare. Men, om färgen är en förutsättning för att fiskaren ska vilja sätta på sig västen, så är det mycket bättre än ingen väst alls.

Vattenskidvästar: Vattenskidåkning ställer särskilda krav på västens utformning. Den måste sitta stadigt på kroppen så den inte glider av vid fall i hög fart. Den ska också skydda mot slag och stötar.

Det finns en rik flora av **flytjackor** för olika ändamål. För att få säljas som flytplagg måste de vara klassade som 50N (Newton) flytplagg. En fitness med flytjackorna är att de används i situationer då man normalt inte bär flytväst, till exempel på väg hem från båten och på promenad i ett hamnområde. Några personer omkommer varje år i sådana situationer och flera av de olyckorna skulle kunna sluta lyckligt med hjälp av en flytjacka.

Räddningsväst 100 Newton: Det här är den vanliga klassiska flytvästen som är lämplig för vuxna som inte kan simma och det bästa alternativet för barn under 40 kilo. Den är alltid gul, orange eller röd och försedd med reflexer. Den har flytkraften koncentrerad framtill och den har en stor krage. Meningen är att västen ska kunna hjälpa en nödställd att ligga i ryggläge. Den här kategorin räddningsvästar var tidigare rätt otympliga och otrivsamma att ha på sig. Med hjälp av nya, mjuka material och förbättrad design har de blivit avsevärt bekvämare. För barn som ska vara ute i båt finns flytvästar med inbyggd livsele vilket innebär att de är lätta att koppla fast och underlättar vid lyft. Även barn som kan simma bör alltid ha på sig en flytväst då de vistas vid vatten. Det finns exempel på simkunniga och vattenvana barn som, då de oväntat fallit i sjön, blivit stela av skräck och sjunkit direkt. De har inte ens förmått försöka rädda sig eller ropa på hjälp.

Räddningsväst 150 Newton: Denna kategori västar är den med mest flytkraft. (För hårt yrkesbruk finns i och för sig CE-västar på hela 275 Newton. De används inom bland annat offshore- och fiskeindustrin men knappast av fritidsbåtsbesättningar.) Det existerar 150-newtonsvästar med fasta flytmaterial men de är väldigt otympliga att ha på sig. Nästan alla 150-newtonsvästar är därför uppblåsbara. De uppblåsbara västarna är gjorda för att vara smidiga att ha på sig när man är ombord. De värmer ingenting vilket är en fördel i varmt väder. När de är uppblåsta är de den typ av väst som har bäst möjlighet att vända bäraren rätt i vattnet och det går att flyta i ett stabilt ryggläge. Vändförmågan är dock inte hundra procentig. Mycket kläder, som samlar luft, kan göra att en medvetslös person inte vänds rätt. Västarnas stora volym gör att de försämrar möjligheterna att simma och klättra. En del uppblåsbara flytvästar har en integrerad livsele vilket är en stor fördel vid koppling och lyft. De uppblåsbara västarna är de, tekniskt sett, mest komplicerade västarna. Därför rekommenderas de inte till barn under 40 kilo eller icke simkunniga/vattenvana. För att västarna ska fungera säkert krävs en kunnig och noggrann användare.

Flytoverallerna är varma och sköna plagg som blivit populära bland snöskoteråkare, vinterfiskare och båtfolk som är ute under kalla och tuffa förhållanden. Vanligtvis har de flytmaterial som ger en flytkraft på 90 - 100 newton. Oftast har dem väl synliga färger och rikligt med reflexer. Den som faller i kallt vatten iklädd en flytoverall som är ordentligt åtsnörd vid alla öppningar och har kapuschongen uppfälld kommer att märka att köldchocken nästan uteblir. Det kalla vattnet sipprar bara in och det blir rejält kallt först efter en stund. Men efter några minuter har kroppen värmt upp vattenskiktet innanför kläderna så att nedkylningen av kroppen går långsammare.

FAKTA

I Sverige omkommer i genomsnitt cirka 30 personer per år i fritidsbåtsolyckor. Oftast inträffar olyckorna nära land och i lugnt väder. Fall över bord och kantring är de vanligaste orsakerna till olyckorna. Ungefär hälften av båtollyckorna sker i samband med fritidsfiske. Hälften av de omkomna är män över 50 år. Fler än hälften har druckit alkohol. Den akuta dödsorsaken är, praktiskt taget alltid, drunkning. Endast en av tio drunknade bär flytväst eller flytplagg. Många av dessa dödsolyckor hade kunnat undvikas med enkla medel.

Ytterligare information

Mikael Olausson
Svenska Livräddningssällskapet
0769-41 14 65



Följande är medlemmar i Sjösäkerhetsrådet:

Transportstyrelsen, Båtförsäkringsbolagen, Försvarsmakten, Kustbevakningen, Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, Svenska Livräddningssällskapet, Riksföreningen Sveriges Gästhamnar, Rikspolisstyrelsen, Sjöfartsverket, Sjöpolisen, Sjöräddningssällskapet, SMHI, Sweboat, Svenska Båtunionen, Svenska Kryssarklubben, Svenska Sportdykarförbundet, Svenska Sportfiske- och Fiskevårdsförbund, Svenska Kanotförbundet.

Svenska Livräddningssällskapet
Johannesfredsvägen 5
168 69 Bromma

svenskalivraddningssallskapet.se
facebook.com/svenskalivraddningssallskapet