

‘Gevaar van fatbike zwaar onderschat’

Je hoeft nauwelijks nog te trappen. Eén keer, en hup daar ga je. Een opgevoerde fatbike kan wel vijftig tot zeventig kilometer per uur halen. „En daar rijdt jouw kind van tien dan op, zonder helm”, zegt neuroloog-intensivist Marcel Ariës, die waarschuwt voor de levenslange gevolgen van mogelijk hersenletsel als gevolg van een ongeluk.

DOOR **PASCALE THEWISSEN** ILLUSTRATIES **GETTY IMAGES/DE LIMBURGER**



Ze zit er even doorheen. „Normaal gesproken ben ik een blij kipje maar nu heb ik het even helemaal gehad.” Nathalie Sieben (56) uit Maastricht heeft niet-aangeboren hersenletsel als gevolg van een zwaar fietsongeluk, alweer achttien jaar geleden. Maar ze leeft nog elke dag met de gevolgen. Doordat ze moeilijk loopt, is ze enkele weken geleden gevallen en heeft ze haar pols gebroken. „De rechterkant van mijn lichaam is de goede kant. Maar nou heb ik dus mijn rechterpols gebroken. Ik ben er intussen aan geopereerd. Het gevolg is dat ik nu niet met een stok kan lopen. Ik ben totaal invalide.” Voor het ongeluk werkt ze als klinisch

patholoog bij het Maastricht UMC+. Ze is sportief en moeder van drie jonge kinderen. Die bewuste septemberdag in 2006 besluit ze met haar man Alex nog snel een rondje te gaan fietsen. De au pair let op de kinderen. In de haast vergeten ze hun fietshelm op te zetten. „Die droeg ik anders altijd. Alleen die dag niet.” Het fietsen was heerlijk. Er waaide een zacht verkoelend windje, weet ze nog. „Op een gegeven moment begon het te schemeren. We waren op dat moment in Eben Emael, net over de grens bij Maastricht. We besloten snel naar huis te rijden, want we hadden geen licht op de racefiets. We waren vooral bezig met het achteropkomend verkeer.” Niet voorbereid op de witte bestelbus, die hen tegemoetkwam en opeens links af sloeg, zonder richting aan te geven. Nathalie wordt vol geraakt. Met een doffe klap belandt ze bewegingsloos op het wegdek. Drie weken ligt ze in een diepe coma. Ze heeft diffuus axonaal letsel: het komt erop neer dat de zenuwbanen in haar hersenen uit hun wortels zijn gerukt.

Rolstoel

Ze moet opnieuw leren lopen en praten. Haar werk kan ze niet meer uitoefenen. Maar ze blijft positief en blijft vechten. Van een rolstoel gaat ze naar krukken en van een driewieler weer naar een normale fiets.

Ze haalt opnieuw haar rijbewijs. Ze sport nog steeds fanatiek, vijf keer in de week. Maar ‘genezen’ is ze niet. „Mensen realiseren zich dat niet, maar hersenletsel heb je je hele leven. Een aantal jaar geleden had ik opeens pijn aan mijn jukbeen. Via de huisarts kwam ik bij de tandarts terecht. Die vertelde dat het een complicatie was van ernstig hersenletsel: dat je een steriele ontsteking kunt ontwikkelen door de mechanische zenuw schade. En een paar jaar geleden ben ik ook al eens gevallen en had ik een gebroken schouder. Je kunt je voorstellen, dat je er op een gegeven moment wel klaar mee bent, met al die ellende.” Sieben is ambassadrice voor HersenStrijd, een goeddoelensfonds van de Universiteit Maastricht voor mensen met hersenletsel en werkt als coach voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Met haar verhaal wil ze anderen waarschuwen. En dat is hard nodig, zegt Marcel Ariës, neuroloog-

intensivist in het Maastricht UMC+. Zeker nu steeds meer jonge kinderen hersenletsel oplopen als gevolg van ongelukken met de razend populaire fatbikes. Alleen al in de eerste helft van 2024 zijn er al twee keer zoveel slachtoffers gevallen als heel vorig jaar.

Alle ziekenhuizen

Vorig kwartaal (april-juni) belandden 115 bestuurders en passagiers van een fatbike op de spoedeisende hulp. Bijna de helft van de slachtoffers (47 procent) was jong: tussen de twaalf en vijftien jaar. In dezelfde periode vorig jaar ging het nog om vijf slachtoffers. De cijfers van VeiligheidNL zijn waarschijnlijk een onderschatting. Ze zijn gebaseerd op informatie van veertien van de 83 spoedeisende hulpafdelingen in Nederland. Ook wordt niet altijd het type fiets genoteerd als iemand met letsel in het ziekenhuis komt. Tegelijkertijd zijn er de afgelopen jaren veel meer fatbikes verkocht, waardoor het aantal incidenten



automatisch stijgt. Om duidelijker zicht te krijgen op de risico's van de fatbike hebben de Nederlandse ziekenhuizen daarom besloten om deze week, die nu bijna voorbij is, alle fietsongelukken te registreren. Er wordt bijgehouden om wat voor ongelukken het gaat, wat de ernst is van de verwondingen en wat de leeftijd is van de bestuurder. Ook houden de ziekenhuizen bij of de slachtoffers al dan niet een helm droegen. Ter vergelijking worden ook ongevallen met andere e-bikes en overige fietsen (gewone fiets, wielrenfiets, mountainbike) bijgehouden. In eerste instantie sloten 80 van de 83 ziekenhuizen met een afdeling voor spoedeisende hulp zich aan bij het initiatief. Ariës heeft te horen gekregen dat inmiddels alle Nederlandse ziekenhuizen met een spoedeisende hulp meedoen. Goed nieuws, vindt hij.

Regionale verschillen

Hij verwacht dat er wel regionale verschillen zullen zijn, al wordt daar niet specifiek naar gekeken. Ariës: „Ik had het er net nog over met de collega van de spoedeisende hulp, die de turflijst bijhoudt. Ze heeft het idee dat het in Limburg nog wel meevalt qua aantal fatbikes, maar maakt zich toch grote zorgen, want ze ziet praktisch nooit meer een normale fietser. Het is altijd een

“
Mensen realiseren zich dat niet, maar hersenletsel heb je je hele leven.

Nathalie Sieben

e-biker tegenwoordig die binnen wordt gebracht.” Fatbikes zijn vooral populair in de Randstad waar het verkeer sowieso veel drukker is. „Maar inmiddels zie ik ze in mijn eigen dorp ook rijden en op het schoolplein staan. Ik zie ze zelfs in de fietsenstalling van het ziekenhuis. Het zijn er niet veel, maar ze staan er wel. En ze zijn toch best indrukwekkend. Ze zijn groot en zwaar en zien er eigenlijk gewoon uit als een brom- of snorfiets.” Met een legale fatbike is weinig mis. Die haalt net als de meeste andere e-bikes een maximumsnelheid van 25 kilometer per uur. Maar naar schatting van de politie is zowat 80 procent van de fatbikes in Nederland illegaal. Besteld via het internet, met veelal een instructie meegeleverd over hoe je de bike kunt opvoeren. Soms met een meegeleverde chip. En in sommige gevallen zit er zelfs een (illegale) gashendel op. En dat voor een fractie van de prijs van een normale e-bike. Op AliExpress heb je al een fatbike

voor amper vierhonderd euro, met een maximumsnelheid van 45 kilometer per uur. Veel verzekeraars zijn intussen gestopt met het aanbieden van fatbikeverzekeringen vanwege de vele ongelukken. De fatbike is bovendien erg populair bij fietsendieven. „Je hoeft nauwelijks nog te trappen Eén keer, en hup daar ga je. Een opgevoerde fatbikes kan tot wel vijftig of zeventig kilometer per uur halen. Sneller dan een snorfiets of een brommer. En daar rijdt jouw kind van tien dan op, zonder helm”, zegt Ariës. „Wat die fatbike bovendien zo populair maakt, is dat je er makkelijk met z’n tweeën of zelfs met drieën op kunt zitten. Dat kan op de meeste e-bikes niet. Dat zit je niet erg comfortabel op een bagagedrager. Bij een fatbike zit je toch op een zacht kussen.”

Helmplicht

In principe mogen ouders gewoon een fatbike kopen voor hun kind. Of het nou acht, tien ►



Vorig kwartaal (april-juni) belandden **115 bestuurders en passagiers** van een fatbike op de spoedeisende hulp.



Naar schatting van de politie is zowat **80 procent** van de fatbikes in Nederland illegaal.

of twaalf jaar oud is. Er zit nu geen enkele beperking op. Maar dat gaat veranderen als het aan de Tweede Kamer ligt. Vrijwel de voltallige Tweede Kamer stemde vorige week voor een motie van VVD en NSC om een helm verplicht te stellen voor gebruikers van een fatbike. Ook wordt gepleit voor een fatbike-verbod voor kinderen onder de veertien jaar.

Die leeftijdsgrens en helmplicht moeten alleen voor fatbikes gelden, zo staat expliciet in de motie. Maar daar wringt het. Volgens minister Barry Madlener van Infrastructuur is het lastig om juridisch onderscheid te maken tussen fatbikes en andere elektrische fietsen. De fabrikanten zouden met enkele aanpassingen, bijvoorbeeld smallere banden, onder het verbod kunnen uitkomen. Sterker nog: als reactie op de aangenomen moties kondigden fabrikanten van de omstreden e-bike al een nieuwe variant aan: de skinnybike. Het dreigt kortom een kat-en-muisspel te worden.

Een mogelijke oplossing is de helmplicht en de leeftijdsgrens voor alle e-bikes in te voeren. Maar dat wil de Kamer vooralsnog niet. Die wil dat kinderen die lange afstanden moeten afleggen naar school, gewoon een elektrische fiets kunnen gebruiken. Ariës hoopt dat door een week lang alle ongelukken te monitoren, er een representatief beeld komt van het aantal fietsongelukken en politici daardoor wellicht van mening veranderen. „We willen de minister en Tweede Kamer goed kunnen adviseren om bijvoorbeeld alsnog een minimum leeftijdsgrens van zestien jaar voor alle e-bikes te krijgen.”

Revalideren

Een polsbreuk, een sleutelbeen, een beenbreuk, dat is allemaal ook heel ernstig, maar dat is tot op hele grote hoogte nog wel te repareren, zegt de neuroloog-intensivist. „Dan moet je ook revalideren en dat is ook vervelend. Maar meestal, zeker bij kinderen, komt dat wel weer goed. Maar bij hersenen ligt dat gewoon anders. Wat daar beschadigd is, dat is stuk. Wat kapot is, blijft kapot. Je houdt er eigenlijk altijd wel wat aan over. In het gunstigste geval een hersenschudding. Dan ben je er een paar weken tot maanden uit. Maar als je pech hebt, kom je bij mij op de afdeling terecht. Ik zie vooral de zware gevallen. Waarbij

“

Mensen uit het buitenland zijn vaak stomverbaasd dat er hier geen enkele helmplicht geldt voor kinderen op de fiets.

Marcel Ariës, neuroloog-intensivist in het Maastricht UMC+

bijvoorbeeld een arm of een been niet meer functioneert. Of je kunt niet meer goed op je woorden komen en zit aan een zeer lang revalidatietraject vast. En dan nog hou je er een beperking aan over.”

Ariës is dan ook groot voorstander van het dragen van een fietshelm, zeker voor kinderen. In landen als Frankrijk en Italië is dat verplicht. In België en Duitsland niet, maar daar is het wel de gangbare praktijk. „Mensen uit het buitenland zijn vaak stomverbaasd dat er hier geen enkele helmplicht geldt voor kinderen op de fiets.”

Toch ziet hij dat er langzaam iets aan het verschuiven is. „Er is de laatste jaren veel aandacht voor de risico's van e-bikes. Inmiddels zijn veel ouderen wel overtuigd van de noodzaak van het dragen van een helm. Ik zie in het Heuvelland toch vooral senioren fietsen mét helm.” Jongeren daarentegen, zo is zijn ervaring, vinden het nog steeds erg moeilijk. „Daar ligt ook een verantwoordelijkheid van de ouders.” Een helm

Een mogelijke oplossing is de helmplicht en de leeftijdsgrens voor alle e-bikes in te voeren. Maar dat wil de Kamer vooralsnog niet.



dragen is volgens hem geen betutteling, maar een kwestie van gezond verstand en een goede opvoeding. En als je je kind dan toch een fiets met motor cadeau geeft, ga dan liever voor een e-bike bij de lokale dealer. Die kan zeker weten maar 25 kilometer per uur. „Als ouder wil je je kind toch beschermen tegen een stommitieit of domme pech die zijn of haar hele leven overhoop gooit.”

Zwarte vlek

Nathalie Sieben kan zich van het eigenlijke ongeluk niets meer herinneren. Het is een zwarte vlek. „Mijn man heeft me het verhaal nadien verteld.” Haar kinderen waren op het moment van het ongeluk nog klein. „Ze waren twee, zes en acht jaar toen het gebeurde. Gelukkig heb ik een fantastische man die alles wist vlot te trekken. Zonder de steun van haar gezin, was het haar niet gelukt om de draad weer op te pakken. „Zij hebben me er doorheen gesleept. Dit kun je niet alleen. Je hebt iemand nodig die voor je zorgt, voor je strijdt. Maar dat is niet iedereen gegund. Weet je dat 80 procent van de relaties strandt als een van de partners hersenletsel oploopt? Ik heb zelf bij Adelante gezeten, tijdens mijn revalidatie. Daar waren mensen die nog intern zaten terwijl hun partner de scheiding al had aange-

vraagd. Vreselijk natuurlijk. Maar wel gewoon de realiteit.” Sieben is tegenwoordig coach voor mensen met niet aangeboren hersenletsel. Ze wil mensen die hetzelfde als zij doormaken, helpen. Ze heeft ook een eigen website om mensen wegwijs te maken in het hele zorgtraject, www.siebencoaching.nl. „Ik weet intussen heel goed waar ik moet zijn en aan welke knoppen ik moet draaien. Je moet je voorstellen dat je thuiskomt met hersenletsel en er dan verder alleen voorstaat. Hoe ga je het aanpakken? Waar moet je beginnen? Je hebt geen flauw idee. Voor die mensen ben ik dit gaan doen. Sommigen zeggen: ik ben zo blij dat jij in ons leven bent gekomen, anders waren we verloren. Dat begrijp ik best. Ik zou gewild hebben dat er iets dergelijks had bestaan na mijn ongeluk. Ik heb het allemaal zelf moeten uitzoeken.”

Het HersenStrijd Fonds geeft veertig euro korting op de aanschaf van een fietshelm voor zowel ouder als kind (tot twaalf jaar) in Limburg. Ga naar www.limburgfietshelm.nl voor de actievoorwaarden en download de voucher. Honderd fietsenmakers in Limburg doen mee aan deze actie.

REAGEREN?
pascal.thewissen@delimburger.nl

Column Petra Quaedvlieg

Dingen die we beschaving noemen

Met al het voortrazende oorlogsgeweld prijs je je gelukkig dat je in Nederland een dak boven je hoofd hebt en veilig kan gaan slapen. Maar nu de nachten kouder worden, zie je dat dat ook weer niet voor iedereen hier geldt. Er zijn weer mensen die om geld bedelen voor de nachtopvang. Is dat dan niet geregeld hier? Jawel, maar dat kost meestal tussen 5 en 10 euro. Dus altijd zit je met het dilemma: geld geven of niet? Gaat meneer daar toch niet gewoon bier van kopen? En als dat zo is, waar bemoei je je dan eigenlijk mee? Via de belasting geef je als burger zakken geld aan zaken waar je vaak niet achter staat. Gelukkig geldt tijdens hevige kou en vorst de winterkouderegeling, dan krijg je gratis een bed. Dat is een mooie, beschaafde regeling. Je zult zelf in de kou staan en geen slaapplek hebben. Beschaving ontstaat waar inleving begint: stel dat ik thuisloos ben, of dakloos. Een thuisloze heeft geen eigen woning, maar kan her en der nog ergens logeren. Een dakloze heeft geen enkel adres en leeft voornamelijk op straat. Dan zijn er nog mensen



die in hun auto slapen. Ook geen pretje. In Nederland is er in principe opvang voor je, ook al vallen er altijd mensen buiten de boot. Dan zijn er ook nog de skaeve huse. Rare huizen, een idee uit Denemarken. Op een afgelegen plek krijgen bewoners die voor ernstige overlast zorgen de kans om toch zelfstandig te wonen. Zo krijgt een buurt rust en de onaangepaste mens (vaak psychisch beschadigd) toch een plek onder de zon. Dat is mooi, dat is beschaving. In 2015 kreeg Nederland na lang touwtrekken en onder Europese druk de bed-bad-

broodopvang voor mensen zonder papieren. Tot die tijd zwierven deze illegalen of uitgeprocedeerden op straat, zaten in tentenkampjes bij elkaar of lagen in portieken. De bbb-regeling biedt vreemdelingen niet alleen onderdak, maar ook medische hulp en hulp bij terugkeer.

Om hoeveel mensen gaat het? Tot januari 2024, meldt een rapport van de overheid, zaten 2730 mensen in de regeling. In Rotterdam, lees ik bij de NOS, maken op dit moment 45 personen gebruik van de bed-bad-brood-regeling. 45. Veelal kwetsbare mensen met een schrikwekkend verleden van vlucht, misbruik, uitbuiting. Ze hebben een slechte gezondheid, psychische problemen. Die laten we niet in een portiek slapen. We zijn een beschaafd land. Minister Faber heeft aangekondigd dat ze de bed-bad-brood-regeling per 1 januari wil afschaffen. Volgens Faber zijn het mensen die ‘allang hadden moeten vertrekken’. Tuurlijk. Je zou willen dat het PVV-kabinet nog een tijdje doorregeert, zodat ze flink met de complexiteit van de wereld worden geconfronteerd. Het punt is alleen: in hun drift maken ze al doende dingen kapot. Dingen die we eerder beschaving noemden.

Petra Quaedvlieg is journalist, schrijver en docent en woont in Maastricht. Ze laat haar licht schijnen over grote en kleine actuele zaken in Limburg en daarbuiten.