



Position statement van Artsen voor Veilig Fietsen (AvVF)* over Fietsveiligheid anno 2025

Fietsen is een bewezen gezonde activiteit en in Nederland het belangrijkste vervoermiddel naar school en werk. AvVF stimuleert fietsen vanwege de gezondheidsvoordelen, zowel onder haar collegae, patiënten als via media en congressen. Tegelijkertijd nemen de zorgen over de fietsveiligheid toe. Recente cijfers tonen een aanhoudende stijging van het aantal fietsongevallen, met name onder ouderen en jongeren op e-bikes. In 2024 werden in Nederland 74.300 fietsslachtoffers geregistreerd op de spoedeisende hulp (SEH), waarvan 48.900 met ernstig letsel (MAIS > 2) en 12.500 met (ernstig) hersenletsel (VeiligheidNL, 2025).

Om het aantal fietsongevallen te verminderen, is primaire preventie van groot belang. Samen met organisaties als de Fietzersbond, ANWB, Veilig Verkeer Nederland, team Alert, SWOV en VeiligheidNL pleiten wij voor een betere infrastructuur, zoals bredere fietspaden, lagere snelheidslimieten voor gemotoriseerd verkeer (bijvoorbeeld 30 km-zones) en veilige fietsroutes. Daarnaast is het essentieel om de risicoperceptie en het verkeersgedrag te verbeteren. Dit kan door verkeerseducatie op (lagere en middelbare) scholen, aandacht voor goede fietsverlichting en het stimuleren van 'MONO'-fietsen (zonder afleiding). Daarnaast is een consequente handhaving van verkeersregels essentieel, in het bijzonder ten aanzien van handheld telefoongebruik en rijden onder invloed.

Als artsen benadrukken wij het belang van blijven fietsen op eigen kracht, zonder elektrische ondersteuning, om bewegingsarmoede en overgewicht tegen te gaan en om op een eenvoudige manier fit en vitaal te blijven. Voor ouderen en mensen met fysieke beperkingen biedt elektrische trapondersteuning juist een substantiële meerwaarde, omdat zij hierdoor aantoonbaar langer zelfstandig en veilig mobiel kunnen blijven.... uiteraard met een fietshelm op. Daarom steunen wij het programma 'Doortrappen' nadrukkelijk.

In de afgelopen jaren signaleren wij in onze ziekenhuizen een persisterende toename van ernstige fietsongevallen. Deze ongevallen resulteren frequent in traumatisch hersen- en aangezichtsletsel, met niet zelden blijvende en invaliderende neurologische restverschijnselen. Hoofdletsel blijft bovendien de dominante oorzaak van overlijden na een fietsongeval. Een relevante verklarende determinant voor deze ontwikkeling is de groei van snelheidsverschillen op fietspaden en drukkeren wegen, in belangrijke mate gedreven door de sterke toename van elektrische fietsen.

Een fietshelm voorkomt geen ongelukken, maar verlaagt wél aantoonbaar en substantieel het risico op ernstig hersenletsel en overlijden bij een fietsongeval. Uit betrouwbare onderzoeken van VeiligheidNL, CBS, RIVM en SWOV blijkt dat het dragen van een fietshelm het risico op ernstig of fataal hersenletsel met circa 60–70% reduceert. Zonder hierbij een daling van het aantal fietsers te verwachten. Het stimuleren van helmgebruik is daarom voor AvVF een belangrijk speerpunt om het fietsen in Nederland veiliger te maken.

Wij pleiten voor gerichte voorlichtings- en promotiecampagnes, zoals de "Zet 'm Op"-fietshelmcampagne, om fietsers te motiveren vrijwillig een helm te dragen. Conform de afspraken binnen de fietshelmcoalitie gaat het nadrukkelijk niet om een helmplicht, maar om bewustwording, keuzevrijheid en eigen verantwoordelijkheid. Tegelijkertijd kunnen toekomstige

ontwikkelingen in ongevalscijfers wél aanleiding vormen voor een hernieuwde maatschappelijke en politiek discussie over strengere maatregelen, zoals een helmplicht.

Als artsen signaleren wij vaak als eersten verschuivingen in de fietsveiligheid, voortkomend uit nieuwe en snel toenemende trends, zoals spaakverwondingen, incidenten met elektrische fietsen bij ouderen en kinderen, en de stijging van ernstig fatbike-gerelateerd letsel bij kinderen. Wij worden dagelijks geconfronteerd met de directe én blijvende consequenties van hoofd- en hersenletsel — voor patiënten zelf op korte en lange termijn en ook voor hun families.

Samen met onze partners verzamelen wij betrouwbare gegevens om deze ontwikkelingen objectief vast te leggen, de resultaten te duiden en bij te dragen aan landelijke en regionale maatregelen ter verbetering van de fietsveiligheid. Als AvVF steunen wij de brede aanpak van onze partners voor fietsveiligheid. Onze primaire aandacht blijft vooralsnog uitgaan naar het bevorderen van de aanschaf en het gebruik van de fietshelm. Ook in de komende jaren blijven wij landelijk structureel aandacht vragen voor het dragen van de fietshelm in alle leeftijdsgroepen, omdat dit op de korte termijn het aantal ernstige fietsslachtoffers sterk kan verminderen.

Op woensdag 15 april 2026 zullen we weer uitgebreid van ons laten horen, onder meer tijdens de vijfde ‘Dag van de Fietshelm’ op woensdag 15 april 2026. Wij streven naar een Nederland waar jong en oud veilig, gezond en met plezier kan (blijven) fietsen.

Namens het kernteam *Artsen voor Veilig Fietsen (AvVF)*:

Dr. Marcel Aries, neuroloog-intensivist

Drs. Tessa Biesheuvel, chirurg

Dr. Myrthe Boss, neuroloog-somnoloog

Dr. Maarten Bot, neurochirurg

Drs. Hugo den Boogert, neurochirurg

Drs. David Baden, SEH-arts

Dr. Tim Frenzel, anesthesioloog-intensivist

Dr. Elisa Hamer, neuroloog-kinderneuroloog

Dr. mr. William Kramer, kinderchirurg/traumachirurg en gezondheidsrecht-jurist

Dr. Stijn Nelen, traumachirurg

Drs. Jeroen Poos, traumachirurg

Drs. Ruud Segers, longarts-intensivist

Drs. Martin Smeeke, arts (niet-praktiserend)

Dr. Marieke Visser, neuroloog

Em. Prof. dr. Frank Backx, sportarts

**Artsen voor Veilig Fietsen (AvVF) is een denktank van artsen die zich vrijwillig inzetten voor betere fietsveiligheid in Nederland. Opgericht in 2020. Naast het bovenstaande kernteam zijn er > 80 artsen in Nederland met diverse achtergrond specialismen die dit initiatief steunen en proberen op de Dag van de Fietshelm activiteiten te organiseren ter bevordering van de fietsveiligheid. Vrijwel alle medisch wetenschappelijke verenigingen in Nederland steunen dit artsen-initiatief.*

Voor vragen of opmerkingen over dit position statement: Marcel Aries, email: marcel.aries@mumc.nl