

Cyklister er sunde – og cykling ligeså

? JEPPE DYRE, PROFESSOR I FYSIK
Politiken skriver søndag 21. april i en notits, at 'Supercykelstier kan spare København 34.000 sygedage'. Artiklen argumenterer for, at sygefraværet gennemsnitlig falder med en dag per 1.200 km, der tilbagelægges på cykelstierne, hvilket angiveligt medfører en årlig besparelse på 60 millioner kroner, når supercykelstierne er anlagt.

Det er meget positivt, at København nu vil anlægge supercykelstier. Men man kan ikke argumentere, som artiklen gør det: »Ansatte, der cykler til arbejde, har færre sygedage end medarbejdere, der fravælger jernhesten».

Det er givetvis rigtigt. Konklusion: Det er sundt at cykle. Det sidste er givetvis også rigtigt. Men argumentet er forkert.

Mere end 80 pct. af alle dødsfald finder sted i en seng. Ergo er det farligt at gå i seng. Her kan alle vist se, at der er noget galt, men det er faktisk samme fejl som i notitsen om supercykelstierne.

Problemet er, at folk ikke dør af at gå i seng, men af alvorlig sygdom. Og er man alvorligt syg, er det vel en god ide at kroppen får hvile ved, at man holder sengen. Og mon ikke de færreste med et halvdårligt helbred orker at cykle til arbejde, altså at cyklisterne er sunde, allerede inden de sætter sig på jernhesten. Så det er sygdom, som er årsagen til, både at folk dør, og at de er i



Arkivfoto: Joachim Adrian

seng, når de dør. Tilsvarende vil sundhed nok både få folk til at cykle oftere end andre og til at have færre sygedage.

Med andre ord: Selv om det ikke var sundt at cykle, må man forvente, at folk, som cykler til arbejdet, har færre sygedage end gennemsnittet.

Heldigvis ved man, at det er sundt at cykle. Sådant bevises videnskabeligt ved, at man laver undersøgelser, som ved lodtrækning deler en større mæng-

de forsøgspersoner i to grupper: en, som så lover at cykle til arbejdet, og en, som lover ikke at gøre det. Så vidt jeg ved har utallige sådanne undersøgelser vist, at det faktisk er sundt at cykle og motionere i det hele taget. Men argumentet skal være i orden!

! BENTE KLARLUND PEDERSEN:
Du tager fat i et vigtigt forskningsmetodologisk problem. Befolkningsundersøgelser kan fortæl-

le, om der er en statistisk sammenhæng (eller association), men som du påpeger, kan den slags undersøgelser ikke fortælle, om der er en årsagssammenhæng. Det er historien om hønen og ægget – hvem kom først? Bliver man rask af at cykle, eller cykler man, fordi man er rask?

Heldigvis findes der også en del undersøgelser, hvor man ved lodtrækning har fået en gruppe mennesker til at cykle mere – og så sammenlignet med en kontrolgruppe, der ikke øgede deres fysiske aktivitetsniveau.

Det er ikke mindst danske undersøgelser udført af professor Lars Bo Andersen og kolleger ved Syddansk Universitet, der har kastet lys over landets cykelstier. Der findes rigtig mange fine kontrollerede studier, også blandt børn, der viser, at det at bruge cyklen som transportmiddel til og fra skole gør børnene sundere på en lang række parametre.

Der er anden forskning, der viser, at vores livsstil er meget påvirkelig af tilgængelighed. Med andre ord: Når cykelvejen er sikker, når cyklen ikke er stjålet, og når der er medvind på cykelstien, er der større chancer for, at vi faktisk tager cyklen. Vi cykler ikke, fordi det er sundt, men fordi det er nemt, bekvemt og billigt. Så argumentet er forkert, men konklusionen er rigtig: Vi bliver sundere, når der er flere cykelstier.

ANSØG OM FORSKNINGSMIDLER MOVEMBER

Dansk legat til forskning i prostatakræft

Resultater fra grundforskning skal implementeres i den kliniske hverdag.

Hvert år i november opfordrer Movember mænd over hele verden til at anlægge overskæg for at sætte fokus på og indsamle midler til fordel for mænds sundhed – særligt med fokus på prostatakræft. Alene i Danmark deltog 15.000 personer i kampagnen i 2012.

Overskæg finansierer forskning

Movember inviterer nu kvalificerede forskere og forskerteams til at indsende en ansøgning om forskningsmidler.

Forskningsprojektet skal have potentiale til væsentligt at fremskynde eller ændre vores forståelse af og den kliniske praksis omkring prostatakræft. De indsamlede forskningsmidler gives til multi-disciplinære, multi-institutionelle projekter, som retter sig mod relevante forskningsområder inden for

prostatakræft i Danmark. Movember vil uddele mere end 2.6 mio. kr. over to år. Forventeligt fordelt med 1.3 mio. kr. årligt.

Fælles forskning fremmer sundhed

Movembers vision er at have en varig effekt på mænds sundhed. For at opnå dette støtter Movember samarbejde og vidensdeling mellem de bedste forskere i verden for at accelerere prostatakræftforskning.

Movembers Nationale Rådgivningskomite for

Prostatakræft hjælper med at identificere og prioritere forskningsområderne i Danmark.

De forskningsmidler, som nu stilles til rådighed, kan søges via <https://movember.myreviewroom.com>, og den fulde beskrivelse af, hvad forskningsmidlerne kan gives til, kan ses på www.ducg.dk.

Læs mere om kampagnen på **Movember.com**

