

# Únava za volantem aneb jak předejít nehodám



01. 04. 2020 11:01

**Únava, vyčerpání, ale i řada léků znamenají pro účastníky silničního provozu nebezpečí. Pokud se řidiči cítí ospalí nebo si vezmou prášek na tlumení bolesti, jejich reakce jsou zpomalené a neměli by za volant usedat. Výrazně totiž zvyšují riziko zavinění dopravní nehody, a to i té, která může skončit fatálně.**

Rizikové léky jsou těžce rozeznatelné

V minulosti bývaly takové léky na obalu označeny výstražným trojúhelníkem. „Veškeré léčebné přípravky proto vyžadující obezřetnost a pečlivé přečtení příbalového letáku,“ zdůrazňuje Jan Polák, šéf Týmu silniční bezpečnosti. Motoristé by měli v případě sebemenších pochybností konzultovat vhodnost používání s lékárníkem. Rizikové mohou být i některé volně prodávané přípravky proti kašli, bolesti či kapky do očí. Pokud je lék na předpis, rozhodně by měli příslušného lékaře upozornit na to, že chtějí usednout za volant. „Užití léků zpomaluje reflexy. Člověk se chová podobně jako v opilosti, je nepozorný, nedokáže koordinovat svůj pohyb, nevnímá, může vidět rozmazaně, může být agresivní,“ pokračuje Jan Polák. Motoristé si navíc mnohdy neuvědomují, že negativní účinek léčiv může působit i několik hodin po jejich podání.

„Pokud šofér zaviní nehodu pod vlivem léku, u něhož je v příbalovém letáku uvedeno upozornění na možné negativní účinky na řízení vozidel, musí počítat s tím, že k tomu může být při vyšetřování nehody přihlédnuto,“ upozorňuje Roman Budský z Platformy VIZE O.

Únava je rizikový faktor

V policejních statistikách sice není jako příčina dopravních nehod uváděna únava, podle odborníků ale způsobuje až dvacet procent nehod. Často má na svědomí přejetí do protisměru nebo nezvládnutí vozidla, což vede k nejtragičtějším kolizím. „Únavě napomáhají nedostatečný spánek, vysoké teploty a horko ve voze, což nás čeká v následujících měsících. Pokud k tomu přidáme možný stres, zhoršenou fyzickou či psychickou kondici, může být taková jízda opravdu riskantní,“ varuje Budský.

Člověk by měl vždy vyjíždět odpočatý, v dobré kondici. „Únavu bychom rozhodně neměli podceňovat, je dobré sledovat signály těla. V případě pocitu ospalosti by měl řidič na vhodném místě

*okamžitě zastavit, protáhnout tělo, projít se,*“ doporučuje MUDr. Přemysl Sobotka, náměstek hejtmana Libereckého kraje pro resort zdravotnictví. Podle něj není vhodným řešením káva, hlasitá hudba, otevřené okno. „*Tím únavu řidič zažene jen na okamžik, po chvíli se dostaví znovu,*“ dodává MUDr. Sobotka.

TZ: BESIP