

*ko vozi **ne** pije*

Alkohol i droga u saobraćaju – uticaji i opasnosti



Što se događa kada se pije alkohol?

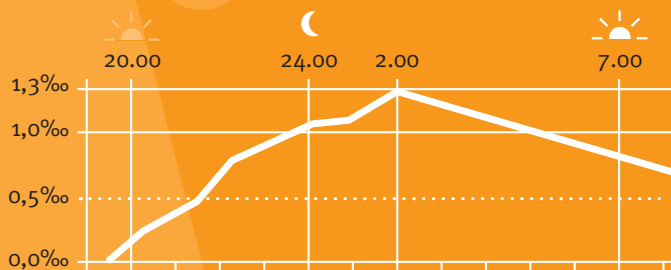
Što se dešava u tijelu?

Jedan manji procenat alkohola apsorbuje tijelo preko usta i želuca. Čak 95% dopijeva u tijelo preko crijeva. Dospije li manja količina alkohola u crijeva, na primjer u kombinaciji sa obrokom, njegovo dejstvo u tijelu je znatno slabije (prije svega u mozgu). Međutim, ako alkohol dopijeva u crijeva u velikim količinama i za kratko vrijeme, njegovo dejstvo se pojačava. Brzina apsorpcije ovisi od vrste alkoholnog pića. Alkoholna pića sa ugljičnom kiselinom se znatno brže apsorbiraju (pivo, pjenušavo vino, alkopops...).

Kako se razgradjuje alkohol u tijelu?

Može li se razgradnja ubrzati?

Tijelo apsorbira alkohol nakon punih 20 minuta. Poslije toga počinje razgradnja u jetri. Zdrava jetra razgradi za jedan sat oko 0,1 do 0,15 promila. Ovaj proces se ne može ubrzati. Kafa, hladan tuš ili sport mijenjaju doduše tjelesno stanje, ali broj promila u krvi ostaje isti. Za tijelo je dobro piti vodu, ali ona isto tako ne mijenja broj promila (nema «razblaženja»).



Ako noću oko 2 sata imate 1,3 promila alkohola u krvi, ujutro oko 7 sati iznositi će ove vrijednosti još uvijek oko 0,8 promila.

Alkohol za volanom



Već od 0,2 promila ograničena je sposobnost vožnje. Treba znati da faktori kao što su umor, napetost, uzimanje lijekova, raspoloženje ili ljutnja dodatno ograničavaju sposobnost vožnje, tj. dejstvo alkohola se znatno pojačava.



0,2 – 0,3 promila

Način vožnje postaje rizičniji, a tempo brži. U kritičnim situacijama može doći do grešaka. Fina motorika je poremećena.



0,4 – 0,5 promila

Utisci naših čula se dijelom interpretiraju pogrešno. Bočni vidokrug je umanjen. (Saobraćajni signali se ne zapošaju.) Crveno svjetlo se više ne razaznaje jasno.



0,6 – 0,8 promila

U vožnji se čine teške greške. Reakcije su znatno usporene.



Od 0,8 promila

Uskladenost između vlastitog staništa, brzine i sposobnosti upravljanja volanom je jako poremećena. Predmeti se ne mogu više jasno raspoznavati (prekasno uočavanje pješaka, biciklista, parkiranih automobila itd.)

Kako se mjere promili?

Svako može, na jedan vrlo jednostavan način, izmjeriti količinu promila. To je pouzdanije od mjerenja putem testa duvanja, za koji se na tržištu dijelom nude netačni aparati.

Količina promila ovisi o spolu i tjelesnoj težini. Najviše promila će imati mršava žena, a najmanje težak muškarac.

Pouzdana grubo pravilo je 3:1. Nakon jedne takozvane standardne čaše neće niko imati više od 0,3 promila alkohola u krvi. Na sat razgradi tijelo najmanje 0,1 promila.

Promile jednostavno izračunati

Jedan primjer: Jedna žena teška 50 kg popije 3 čaše vina

$$\frac{36 \text{ (broj grama alkohola)}}{50 \text{ (težina u kg)} \times 0,6^*} = 1,2 \text{ promila}$$

* Kod muškarca se mora uzeti 0,7 umjesto 0,6.



Pivo/alkopop
1 litar
ca. 40 g
1 čaša (3 dl)
ca. 12 g



rakija
1 litar
ca. 350 g
1 čaša (0,2 dl)
ca. 7 g



vino
1 litar
ca. 80 – 100 g
1 čaša (1,5 dl)
ca. 12 – 15 g

Još je jednostavnije sa promilometrom.

www.fachstelle-asn.ch

Kanabis za volanom

Uzimanje kanabisa umanjuje radnu sposobnost. Eksperimentima je dokazano, da kanabis znatno pogoršava sposobnost vožnje, najmanje tri sata nakon konzumiranja. Smanjuju se sposobnosti koncentracije, koordinacije i reakcije, te vizuelne funkcije. Razlika u odnosu na alkohol je u tome, što se neke osobe – naravno ne sve – nakon uzimanja kanabisa manje precjenjuju i stoga voze po pravilu opreznije. Često se uzima alkohol zajedno sa kanabisom, što umnogostručuje negativno dejstvo alkohola la i kanabisa. Ova je kombinacija zbog toga posebno opasna u putnom saobraćaju.

Druge droge i lijekovi za volanom

Čak i iskusnim vozačima, nakon uzimanja lijekova, slabe tjelesne i duševne sposobnosti da brzo i tačno reagiraju u kritičnim situacijama. Jedna daljna i često podcjenjena posljedica uzimanja medikamenata je pospanost. Ono što vrijedi za medikamente i alkohol, još više se pojačava u slučaju konzumiranja droga.

Osobe koje konzumiraju droge ne bi trebale ni pod kojim okolnostima voziti. Droge mijenjaju svijest i smanjuju duševnu i tjelesnu sposobnost. U kombinaciji sa alkoholom višestruko se pojačava njihovo nepovoljno djelovanje. Stoga poslije svakog uzimanja droga ili medikamenata treba sasvim izostaviti konzumiranje alkohola.

Koje su pravne posljedice udesa pod alkoholom ili drogom?

Šta kaže zakon?

Ko u pijanom stanju upravlja motornim vozilom, kažnjava se zatvorskom ili novčanom kaznom (Član 91, stav 1 Zakona o putnom saobraćaju, SVG). Isto vrijedi i za osobe, koje zbog uticaja droga ili medikamenata nisu sposobne upravljati vozilom (Art. 90, SVG). Mjerena vrijednost promila od 0.5 do i sa 0.79 je „stanje lakše pripitosti“. Ono će biti sankcionisano kaznom, i obaveznom oduzimanjem vozačke dozvole. Od 0.8 promila govori se o « kvalificiranoj pijanosti » i vozačka dozvola se mora oduzeti minimum tri mjeseca, a u slučaju ponavljanja minimum dvanaest mjeseci.

Za nove vozače ili vozače autobusa od januara 2014. vrijedi pravilo nula promila. Za prekršaje do 0.79 promila izriče se kazna. Od 0.8 promila slijedi dodatno oduzimanje vozačke dozvole (povezano sa produženjem probnog roka za oko godinu dana kod novih vozača). U slučaju ponavljanja anulira se privizorna vozačka dozvola.

Onaj ko pri kontroli ima 1.6 ili više promila, gubi vozačku dozvolu na neodređeno vrijeme i mora se obavezno podvrgnuti proceduri odredjivanja podobnosti.

Kako postupa osiguranje pri udesima pod alkoholom i drogom?

U slučaju sobračajne nesreće izazvane velikom nemarnošću – ovdje spadaju između ostalog droge i alkohol za volanom – osiguranja imaju zakonsku obavezu da reduciraju svoju ponudu. Npr. puno kasko osiguranje plaća štetu na vozilu samo djelimično ili čak nikako. Obavezno osiguranje mora platiti trećim licima, ali zahtijeva povrat jednog djela troškova nazad. U slučaju da su osobe ozljeđene, može im osiguranje umanjiti naknadu za bolovanje i penzije. Troškovi udesa sa povredjenima iznose više stotina hiljada franaka!

Sigurnost vožnje u slobodnom vremenu

Uprkos noćnim autobusima i drugim atraktivnim ponudama, još uvijek je auto najčešće korišćeno prevozno sredstvo. Kombinacija vožnje i zabave, porodičnih i svadbenih proslava ili posjete sportskih priredbi su opasne – ne samo zbog alkohola i drugih droga koje pritom mogu biti u igri. Jaki svjetlosni efekti umanjuju sposobnost vida, jačina zvuka ugrožava sposobnost sluha, a vožnja kući se odvija pri tami, često po vlažnim ili čak snijegom pokrivenim putevima.

Ukratko: Vozačice i vozači su konfrontirani sa zadatkom da voze uz ograničenu sposobnost vožnje i pod posebno teškim uslovima.

Tri zlatna pravila:

- **Ko vozi ne pije!**
- **Prije nego počnete sa konzumiranjem alkohola u društvu, dogovorite se ko vozi, jer ko vozi, taj ne pije.**
- **Posebno izbjegavajte kombinaciju alkohola i drugih droga ili lijekova!**



Hotzstrasse 33, 8006 Zürich, Tel. 044 360 26 00, Fax 044 360 26 05
info@fachstelle-asn.ch, www.fachstelle-asn.ch

U saradnji sa:



Kehlhofstrasse 12, 8003 Zürich, Tel. 043 960 01 60
fisp@bluewin.ch, www.fisp-zh.ch

Uz finansijsku podršku:

Die Stellen für **Suchtprävention**
im  **Kanton Zürich**

Impressum

Copyright © aktualisierte Ausgabe 2007

Stručno mjesto «Alkohol – nikad za volanom!»

1. Auflage 2003 U suradnji sa švicarskim vijećem o sigurnosti u saobraćaju, uz finansijsku podršku migesplus-a. (www.fvsfsfss.ch).

Layout, ilustracije: Bliz & Donner, 3037 Herrenschwanden/Bern

Redakcija: Jan Rintelen, Paul Gisin, Trudi Gisin, Iwan Fuchs

Prerada za verziju prevoda: Mustafa Ideli, Joseph Oggier (FISP)

Prevod: Smail Keserovic

Ova brošura se može dobiti na sljedećim jezicima: njemačkom, francuskom, italijanskom, albanskom, bosanskom/hrvatskom/srpskom, engleskom, portugalskom, španskom, tamilskom i turskom jeziku.