



# Ασφάλεια στο δρόμο, ασφάλεια στη ζωή – αφιέρωμα στους νέους

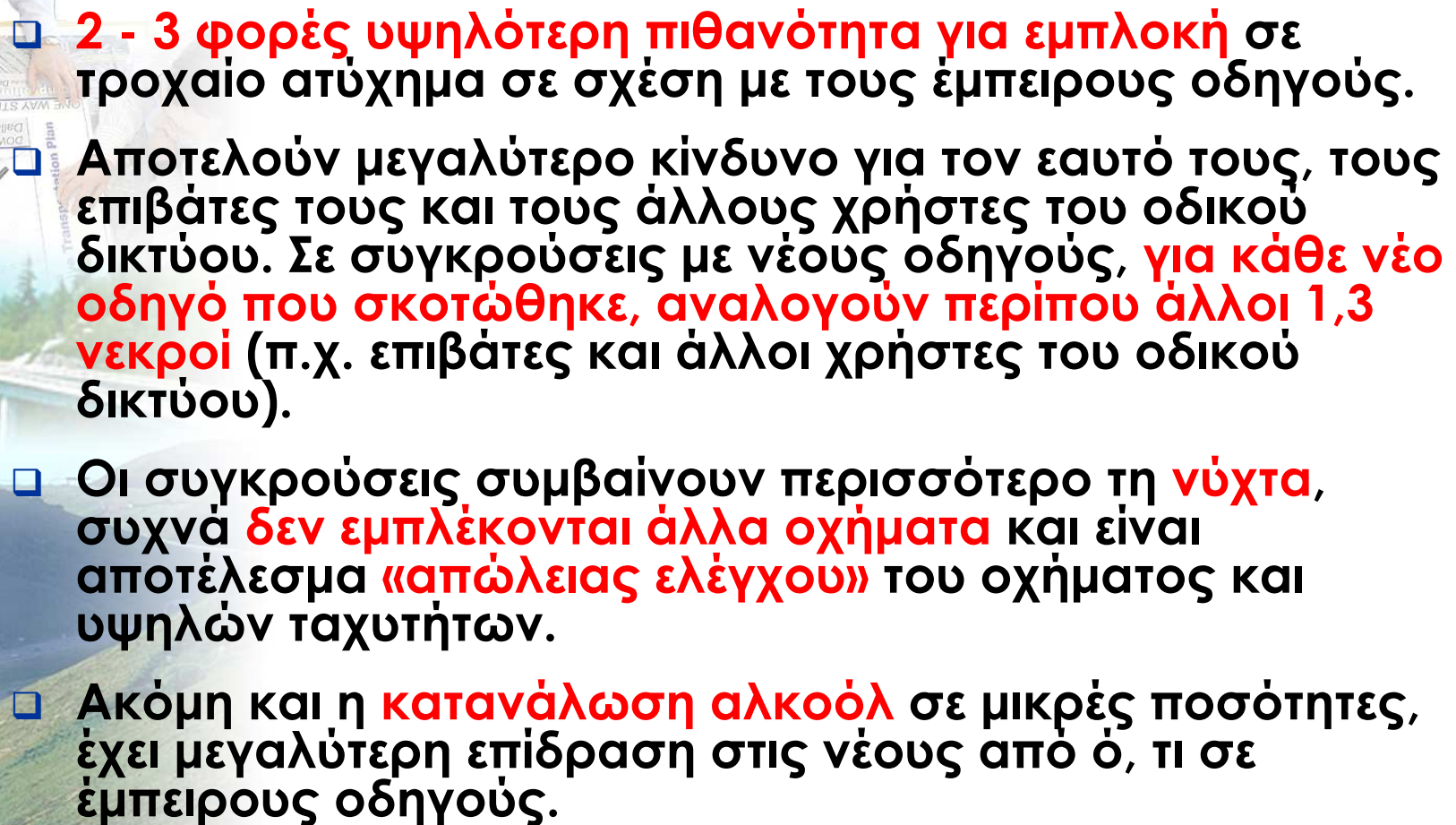
## Καλές πρακτικές για ασφαλείς μετακινήσεις

Ευη Μπλάννα

Γραμματεία Διυπουργικής  
Επιτροπής Οδικής  
Ασφάλειας

6 Απριλίου 2012

# Τροχαία ατυχήματα και νέοι 16-24 ετών

- 
- ❑ **2 - 3 φορές υψηλότερη πιθανότητα για εμπλοκή** σε τροχαίο ατύχημα σε σχέση με τους έμπειρους οδηγούς.
  - ❑ Αποτελούν μεγαλύτερο κίνδυνο για τον εαυτό τους, τους επιβάτες τους και τους άλλους χρήστες του οδικού δικτύου. Σε συγκρούσεις με νέους οδηγούς, **για κάθε νέο οδηγό που σκοτώθηκε, αναλογούν περίπου άλλοι 1,3 νεκροί** (π.χ. επιβάτες και άλλοι χρήστες του οδικού δικτύου).
  - ❑ Οι συγκρούσεις συμβαίνουν περισσότερο τη **νύχτα**, συχνά **δεν εμπλέκονται άλλα οχήματα** και είναι αποτέλεσμα **«απώλειας ελέγχου»** του οχήματος και υψηλών ταχυτήτων.
  - ❑ Ακόμη και η **κατανάλωση αλκοόλ** σε μικρές ποσότητες, έχει μεγαλύτερη επίδραση στις νέους από ό, τι σε έμπειρους οδηγούς.

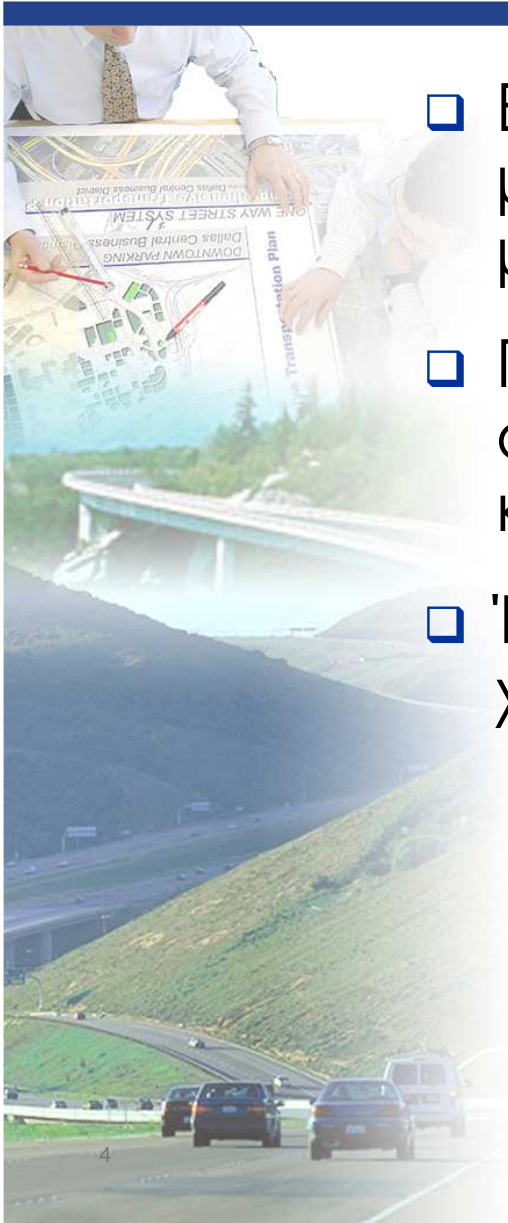
# Σημεία-κλειδιά που επηρεάζουν την οδηγική ικανότητα



1. Όραση
2. Πέδηση
3. Αλκοόλ
4. Κινητό

# «Οπτική» αντίληψη και νέοι/ αρχάριοι οδηγοί

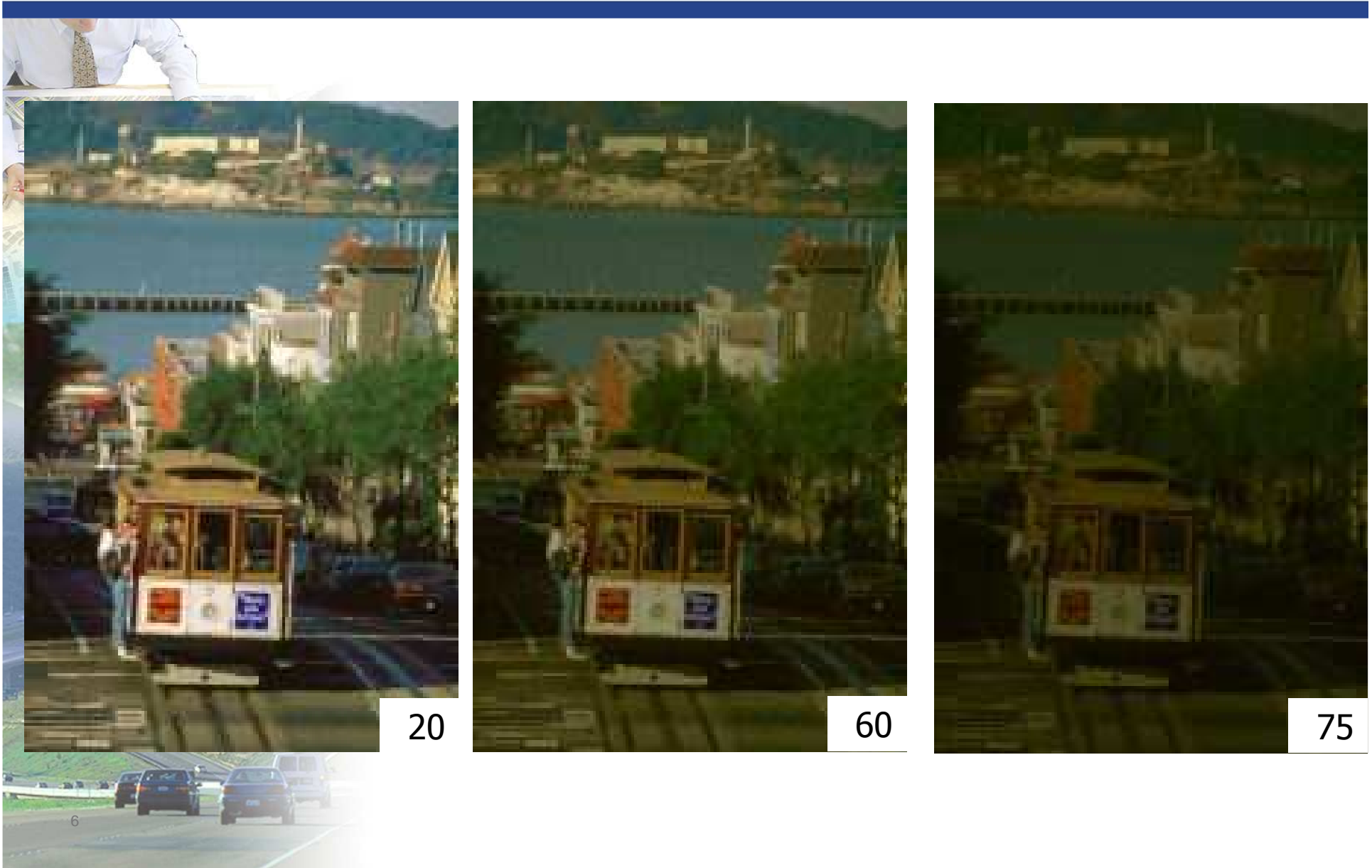
- ❑ Επικεντρώνουν το οπτικό τους πεδίο σε μικρότερη περιοχή, πιο κοντά στο μπροστινό μέρος του οχήματος.
- ❑ Παρουσιάζουν μονοπροσήλωση σε ένα σημείο ιδιαίτερα σε επικίνδυνες καταστάσεις.
- ❑ Έχουν μειωμένη ικανότητα να κάνουν χρήση των περιφερειακών πληροφοριών



# Προβλήματα στην Όραση



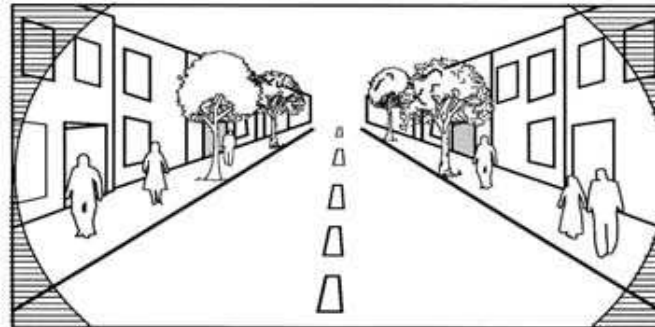
# Όραση και Ηλικία - φωτεινότητα



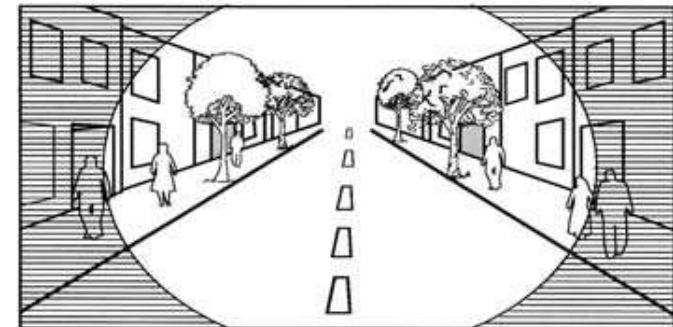
# Περιφερειακή όραση



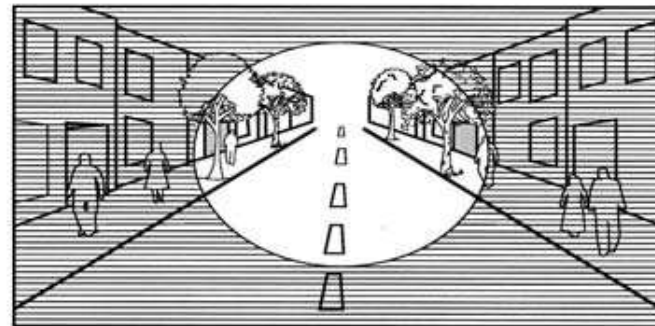
## FIELDS OF VISION



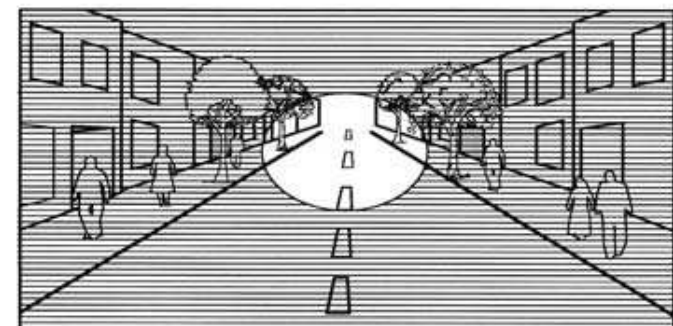
15 mph



20 mph



25 mph



30 mph

- Μορφές και κίνηση εντοπίζονται μεταξύ των 65-90° (από τη γραμμή του οπτικού πεδίου)
- **Καθώς η ταχύτητα αυξάνεται μειώνεται η περιφερειακή όραση**

# «Νυχτερινή» μυωπία & θάμβωση

## «Νυχτερινή» Μυωπία

- Επηρεάζει μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού πάνω από 40 ετών
- Μεγαλύτερο πρόβλημα για αυτούς που έχουν ήδη μυωπία, ανεξαρτήτου ηλικίας

 **ΜΕΙΩΣΤΕ ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΟΤΑΝ ΟΔΗΓΕΙΤΕ ΤΟ ΒΡΑΔΥ**

## Θάμβωση

- Φως → σκοτάδι: ~6 sec για πλήρη οπτική οξύτητα
- Σκοτάδι → φως: ~3 sec για πλήρη οπτική οξύτητα

 **ΜΗΝ ΦΟΡΑΤΕ ΓΥΑΛΙΑ ΗΛΙΟΥ ΣΤΙΣ ΣΗΡΑΓΓΕΣ**

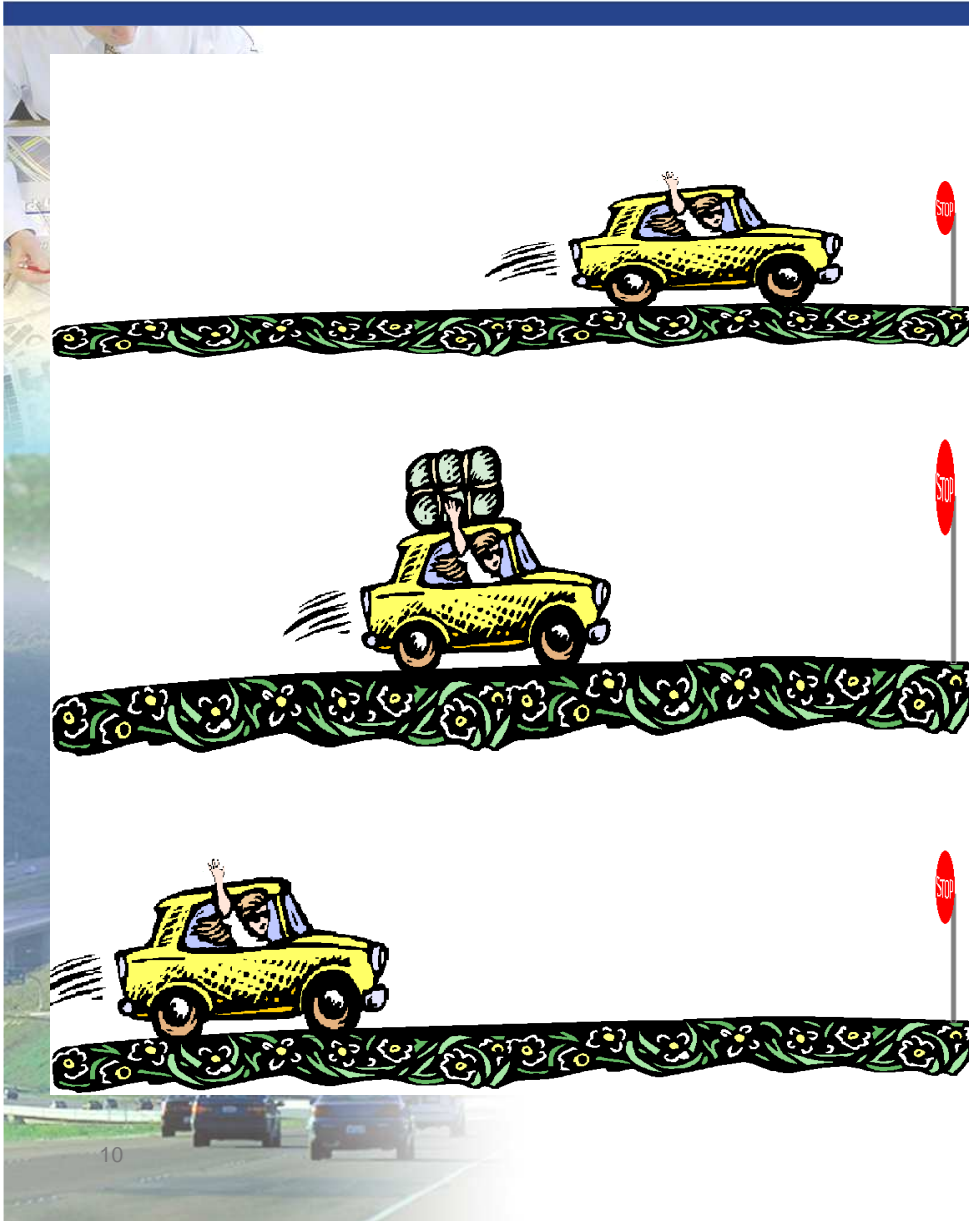


# Απόσταση πέδησης

- ❑ Χρόνος αντίληψης  
(βλέπω, καταλαβαίνω, αποφασίζω)
- ❑ Χρόνος αντίδρασης (δρω)
- ❑ Χρόνος αντίδρασης του οχήματος
- ❑ Ικανότητα πέδησης του οχήματος



# Απόσταση ακινητοποίησης



■ Στα **50** χλμ/ώρα και 1360 Kg χρειάζονται **24μ** για στάση.

■ Στα 50 χλμ/ώρα και 2720 Kg χρειάζονται **47μ** για στάση. **Όταν το βάρος διπλασιάζεται... διπλασιάζεται και η απόσταση ακινητοποίησης.**

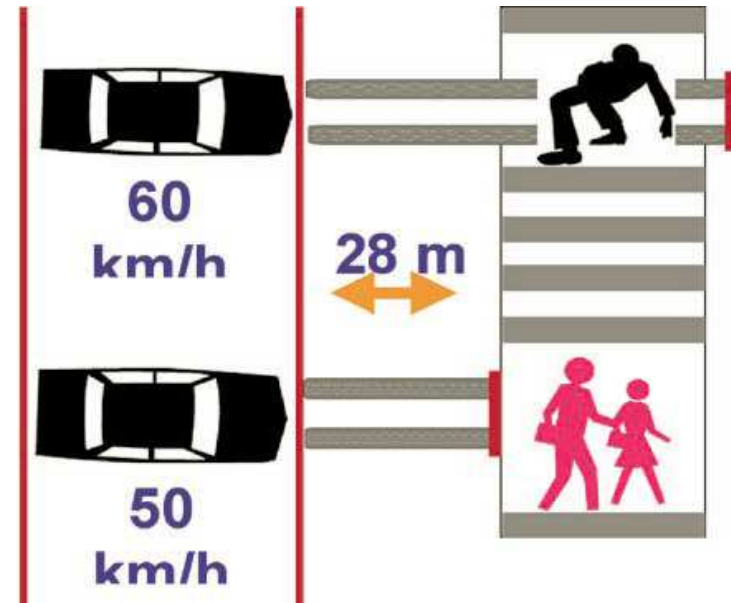
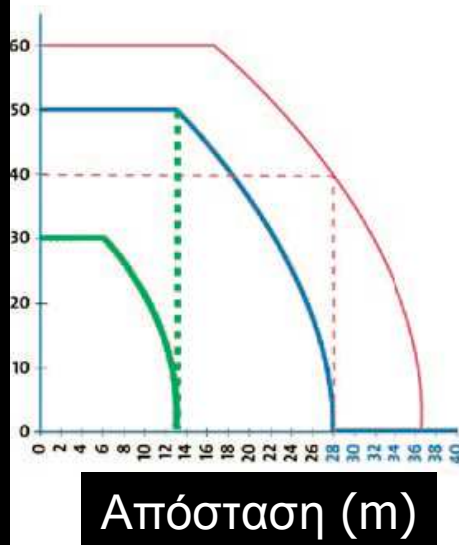
■ Στα **95** χλμ/ώρα χρειάζονται περίπου **92μ** για στάση. **Όταν η ταχύτητα διπλασιάζεται... τετραπλασιάζεται η απόσταση ακινητοποίησης.**

# Απόσταση πέδησης - Αποφυγή και σύγκρουση

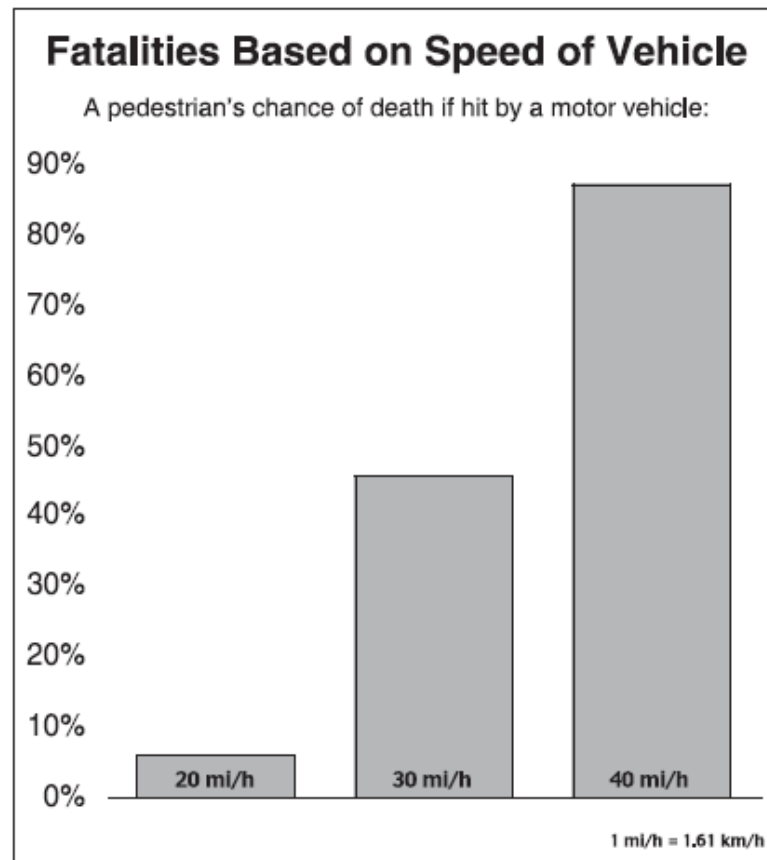
**Παράδειγμα 1:** Είμαι σε εγρήγορση (χρόνος αντίδρασης: 1 δευτερόλεπτο) ενώ ένας πεζός διασχίζει το δρόμο 28 μέτρα μπροστά μου

- Αν τρέχω με 50 km/h θα σταματήσω πριν τον χτυπήσω
- Αν τρέχω με 60 km/h θα χτυπήσω τον πεζό και θα σταματήσω 8 μέτρα μετά

Ταχύτητα  
(km/h)



# Θανατηφόρα ατυχήματα πεζών και ταχύτητα



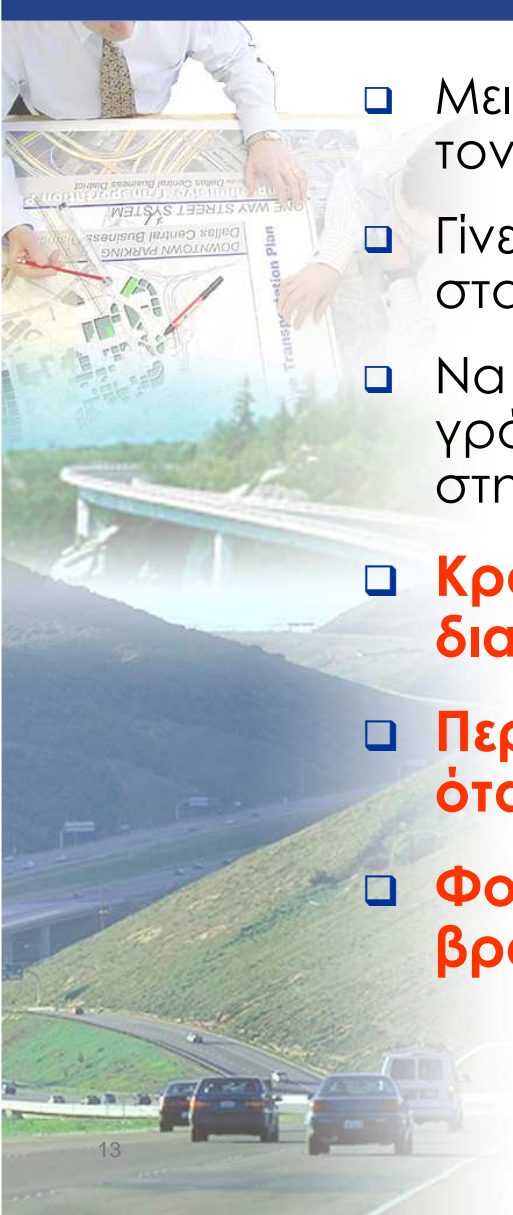
Source: U.K. Department of Transportation, *Killing Speed and Saving Lives*, London, 1987.

- Στα 30 χλμ/ώρα: 1 στους 10 πεζούς πεθαίνει
- Στα 50 χλμ/ώρα: 1 στους 5 πεζούς πεθαίνει
- Στα **65** χλμ/ώρα: **9 στους 10 πεζούς πεθαίνει**

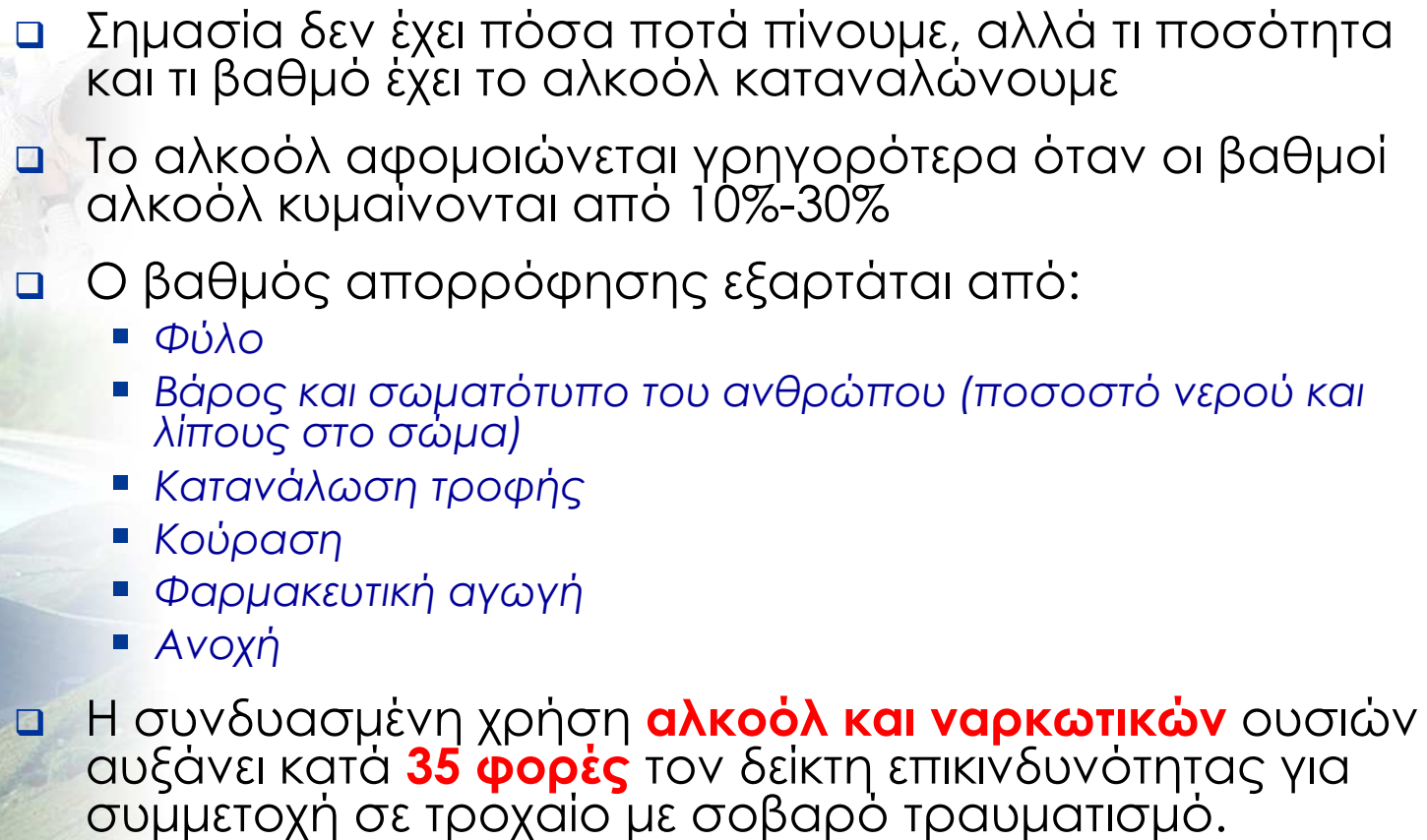
**Ο πεζός νιώθει ασφαλής για αλληλεπίδραση όταν τα οχήματα κινούνται με ταχύτητα < 30 χλμ/ώρα**

**ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΕ ΤΗΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΣΑΣ ΣΤΙΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΤΗΣ ΟΔΟΥ**

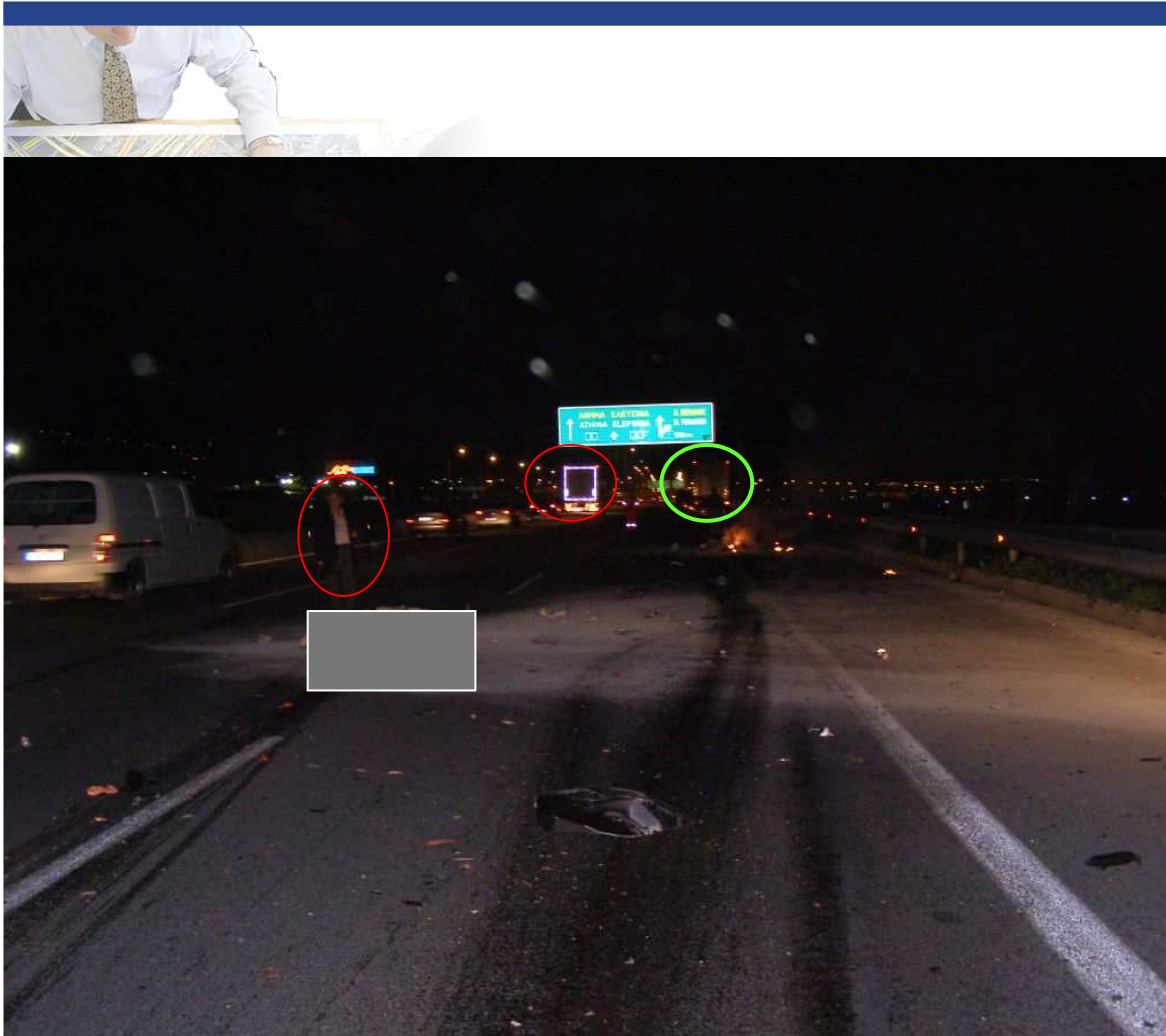
# Πεζοί και ατυχήματα

- 
- ❑ Μειώστε το χρόνο διαδρομής σας (π.χ. διασχίστε κάθετα τον δρόμο)
  - ❑ Γίνετε πιο ορατοί (π.χ. ΜΗΝ διασχίζετε τον δρόμο μεταξύ σταθμευμένων οχημάτων/ μπροστά από λεωφορεία)
  - ❑ Να είστε σε εγρήγορση (π.χ. ΜΗΝ διασχίζετε τον δρόμο και γράφετε SMS, βεβαιωθείτε ότι τα οχήματα σταμάτησαν στην σηματοδοτημένη διάβαση)
  - ❑ **Κρατείστε οπτική επαφή με τον οδηγό προτού διασχίσετε την οδό**
  - ❑ **Περπατάτε αντίθετα με την κίνηση της κυκλοφορίας όταν δεν υπάρχει πεζοδρόμιο**
  - ❑ **Φοράτε αντανακλαστικά ρούχα και παπούτσια το βράδυ**

# Νέοι οδηγοί και αλκοόλ [1]

- 
- ❑ Σημασία δεν έχει πόσα ποτά πίνουμε, αλλά τι ποσότητα και τι βαθμό έχει το αλκοόλ καταναλώνουμε
  - ❑ Το αλκοόλ αφομοιώνεται γρηγορότερα όταν οι βαθμοί αλκοόλ κυμαίνονται από 10%-30%
  - ❑ Ο βαθμός απορρόφησης εξαρτάται από:
    - Φύλο
    - Βάρος και σωματότυπο του ανθρώπου (ποσοστό νερού και λίπους στο σώμα)
    - Κατανάλωση τροφής
    - Κούραση
    - Φαρμακευτική αγωγή
    - Ανοχή
  - ❑ Η συνδυασμένη χρήση **αλκοόλ και ναρκωτικών** ουσιών αυξάνει κατά **35 φορές** τον δείκτη επικινδυνότητας για συμμετοχή σε τροχαίο με σοβαρό τραυματισμό.

# Ευδιακριτότητα πεζών και οχημάτων



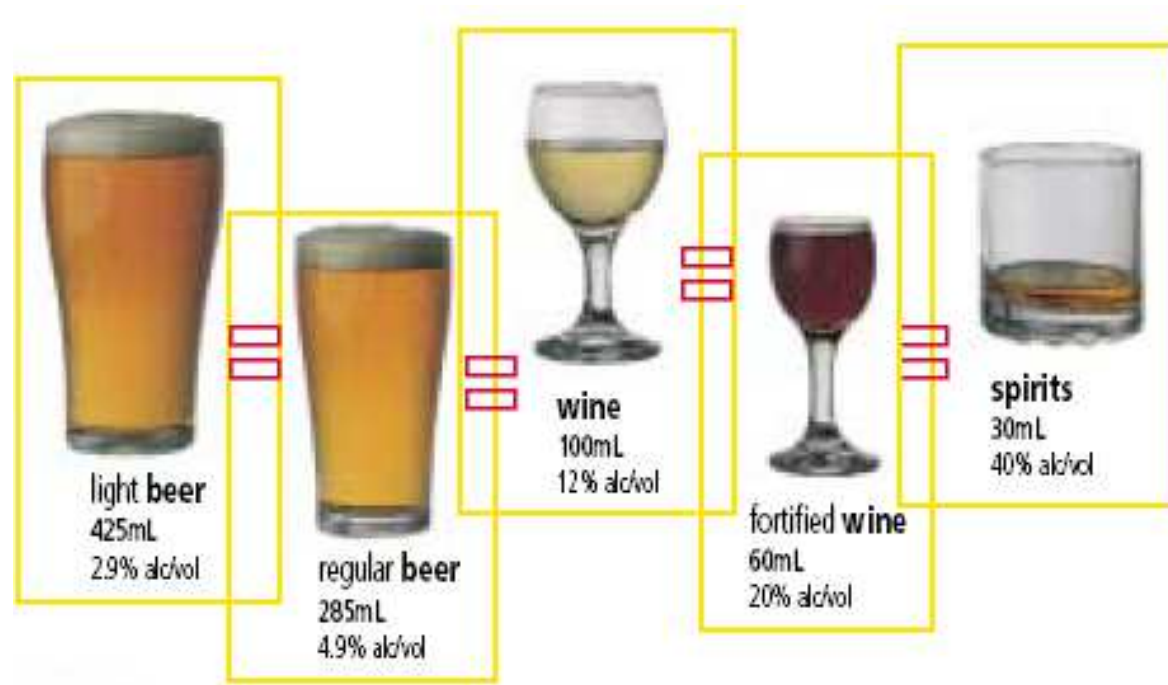
Πρόσκρουση Suzuki Hayabusa 1300cc σε φορτηγό, με 170 χλμ/ώρα, νεκρός οδηγός 32 ετών, με κράνος

# Ευδιακριτότητα πεζών με και χωρίς ανακλαστικά ρούχα





# Νέοι οδηγοί και αλκοόλ [2]

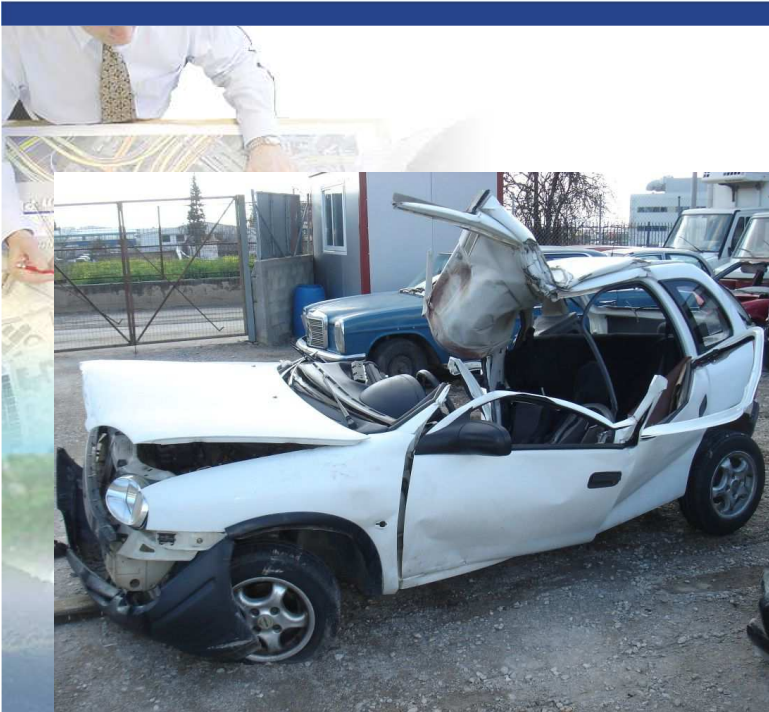


**10 gr Καθαρού Αλκοόλ**

Διατήρηση BAC < 0,5 g/l

**Ένας μέσος άνθρωπος αφομοιώνει ένα ποτό (15ml) μέσα σε 1 ώρα**

# Θανατηφόρα λόγω υπερβολικής ταχύτητας και μέθης



Opel Corsa, 130 kph, νεκρός οδηγός 27 ετών, με ζώνη, ανατροπή και πρόσκρουση πάνω σε κολώνα



Opel Zafira, 3 νεκροί 18-20 ετών, υπερβολική ταχύτητα, αλκοόλ και ουσίες, ανατροπή και πρόσκρουση σε σταθμευμένο λεωφορείο, χωρίς ζώνη

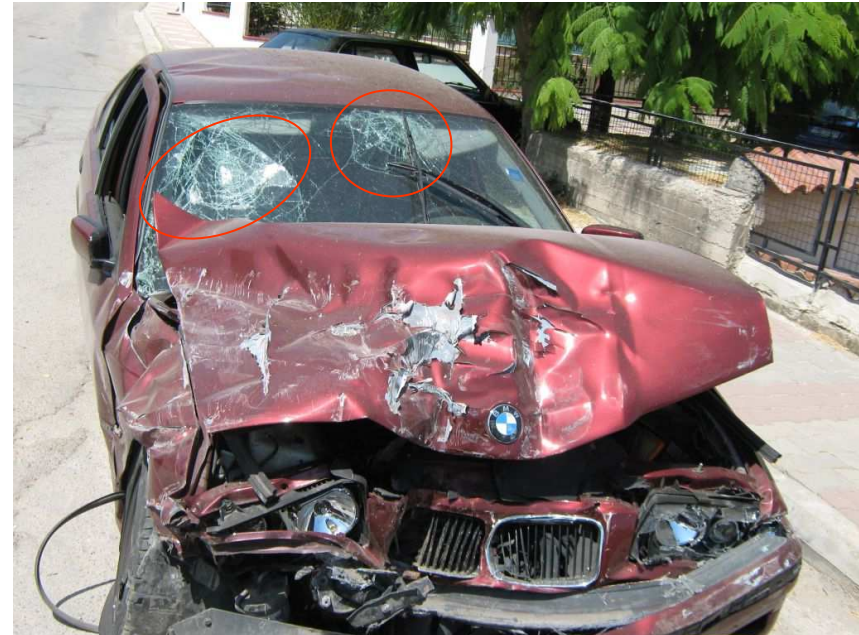
# Οδήγηση και κινητό

- ❑ Απόσπαση προσοχής κατά **5 sec** από το οπτικό πεδίο της οδού όταν γράφετε SMS (π.χ. **15μ** όταν οδηγείτε με **50χλμ/ώρα**)
- ❑ Μείωση χρόνου αντίδρασης για πέδηση κατά 0.5 sec
- ❑ 110 χλμ/ώρα για πλήρη στάση
  - «Ασφαλής» οδηγός: 0,54 δευτ
  - Μεθυσμένος οδηγός (0,8g/l): +1,2 μ
  - Διαβάζοντας SMS: +12 μ
  - Γράφοντας και στέλνοντας SMS: +21,3 μ

# Αποτελέσματα μη χρήσης ζώνης



BMW 2000cc και αγροτικό 1600cc,  
νεκροί οδηγοί και συνεπιβαίνοντες,  
χωρίς ζώνη



Αποτυπώματα πρόσκρουσης  
κεφαλιών στο παρμπρίζ