

Tisková zpráva

## Kolik nehod způsobí únava a spánek za volantem?

Praha, 6. 10. 2008

Odborníci varují před zvyšujícím se počtem nehod v důsledku únavy a mikrospánku. V policejních statistikách roku 2007 byla **únava označena jako přímá příčina dopravních nehod v 856 případech**. Ve skutečnosti se **únava podílí i na jiných příčinách dopravních nehod, jakým je nevěnování se řízení vozidla 32.558 nehod** za rok 2007, **nedání přednosti v jízdě 32.179 nehod** v roce 2007 a dalších.

Dle statistik amerického dopravního institutu National Highway Traffic Safety Administration (NHTSA) v rámci zjišťování 55 % dotazovaných řidičů odpovědělo, že v průběhu minulého roku řídili, i když byli unaveni. Pokud řidiči hodnotili celou dobu své řidičské praxe, tak **23 % řidičů za volantem usnulo**, ale nehavarovalo; 3 % řidičů usnula a havarovala a u 2 % byla příčinou havárie ospalost.

**Únava a ospalost při jízdě způsobuje v USA více než 100.000 havárií ročně, což má za následek 40.000 zranění a 1.550 úmrtí.**

*"Kromě nespavosti je hlavní příčinou denní únavy a mikrospánků obstrukční spánková apnoe (OSA), projevující se chrápáním a zástavami dechu během spánku. Obstrukční spánkovou apnoei **trpí až 10 % populace, především muži.**"* řekl MUDr. Martin Pretl, CSc., lékař Spánkové laboratoře unimedis.

Mnozí řidiči podceňují přípravu na jízdu. Odborníci doporučují odpočinout si především před delší jízdou, volit vhodný čas, ponechat si časovou rezervu a odpočívat i v průběhu delší jízdy.

Pokud jste v poslední době **více unaveni a trpíte nespavostí nebo naopak nadměrnou spavostí**, je třeba se **zamyslet nad příčinami** a v případě, že projevy neodezní, můžete přímo kontaktovat Spánkovou poradnu unimedis, Kubelíkova 43, Praha 3, [www.spankovaporadna.cz](http://www.spankovaporadna.cz).

V současné době lze **provést komplexní vyšetření a zjistit příčiny problémů a přistoupit k léčbě** nespavosti (insomnie) či obstrukční spánkové apnoe (OSA).

Kontaktní osoba:

Ing. Renata Fabelová

Spánková laboratoř unimedis, Kubelíkova 43, Praha 3

[rfabelova@spankovaporadna.cz](mailto:rfabelova@spankovaporadna.cz)

Telefon: 725 931 112

[www.spankovaporadna.cz](http://www.spankovaporadna.cz)

Příloha:

Statistiky Policejního prezidia

## Přehled nehod stavu řidiče (viníka) - ČR

<b>Přehled nehod stavu řidiče (viníka) - ČR</b>	rok 2007	rok 2006	rok 2005
jiný nepříznivý stav	377	337	334
dobrý	137070	145211	155110
<b>unaven, usnul</b>	<b>856</b>	<b>880</b>	<b>876</b>
pod vlivem léku, narkotik	70	55	51
pod vlivem alkoholu	6802	6118	7487
náhlá fyzická indispozice	152	154	129
nemoc, úraz apod.	8	18	24
invalida	67	38	78
řidič při jízdě zemřel	17	14	15
pokus o sebevraždu	10	5	4

Zdroj:

**Statistiky Policejního prezidia**

<http://www.policie.cz/docDetail.aspx?docid=21021796&docType=ART&chnum=2>

Kontaktní osoba:

Ing. Renata Fabelová

Spánková laboratoř unimedis, Kubelíkova 43, Praha 3

[rfabelova@spankovaporadna.cz](mailto:rfabelova@spankovaporadna.cz)

Telefon: 725 931 112

[www.spankovaporadna.cz](http://www.spankovaporadna.cz)