

Alkohol och trötthet är en farlig kombination i trafiken

Speciellt med rattonykterhet är det, att alla som framför ett motorfordon nog vet att man inte får köra i berusat tillstånd. Alla känner också väl till, att man äventyrar både sin egen och andras säkerhet genom att köra påverkad. Trots detta har alkoholen haft andel i och varit bidragande orsak till nästan var fjärde dödsolycka årligen.



Rattfylleri är ett brott

Rattfylleri är ett brott enligt trafikbrottslagen – vare sig det begås på vägen, i terrängen eller någon annanstans. Det finns alltså ingen plats där det skulle vara lagligt att köra påverkad av rusmedel.

Att vaka länge ger samma effekter som vid berusning

Det finnas många orsaker till varför man har sovit för lite, men följdverkningarna är likartade. Om man vakat länge utan avbrott kan effekterna liknas vid berusning, konstaterar läkare Markku Partinen vid Neurologiska Forskningscentralen i Haga.

- Om du har vakat 16 timmar i sträck motsvarar verkningarna ungefär en berusningsgrad på 0,5 - 0,6 promille.
- Om du har vakat ett helt dygn motsvarar verkningarna ungefär 1 promille i berusningsgrad.
- vid 36 timmars vakande motsvarar verkningarna ungefär 1,5 promille i berusningsgrad.

Riskerna är störst tidigt på morgonen och på eftermiddagen

Vakenheten för en människa varierar under dygnet. Speciellt inverkar det på skärpan hur länge man har vakat. Trafiken är som tätast under morgonen och på eftermiddagen samtidigt som människan är som minst skärpt. Den största risken att somna vid ratten är nämligen på morgonen mellan klockan 3 och 6 och på eftermiddagen under samma tid (kl.15 och 18).