

## Problematika alkohola v prometu

Mateja Markl, univ. dipl. psih., področni sekretar  
Vodja Sveta za preventivo in vzgojo v cestnem prometu



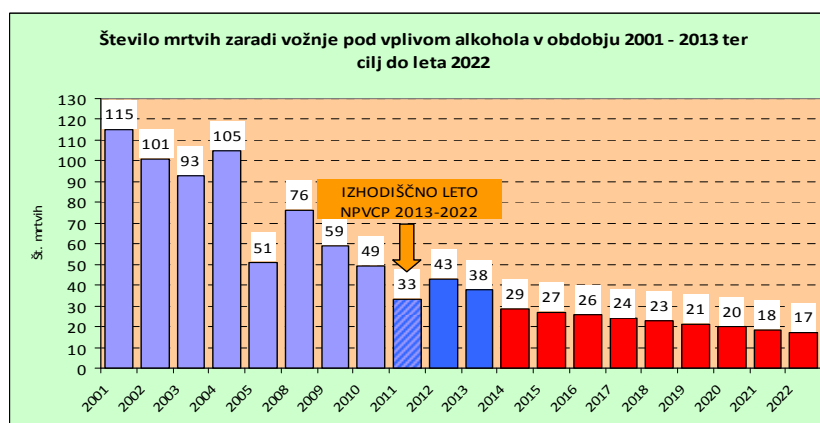
JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

Svet za preventivo in vzgojo v cestnem prometu

### **Problematika alkohola v okviru Nacionalnega programa varnosti cestnega prometa**

V okviru Nacionalnega programa varnosti cestnega prometa je alkohol in alkoholiziranost v prometu eno izmed prioritarnih področij, kjer si zastavljamo 2 osnovna cilja:

- zmanjšanje števila prometnih nesreč z soudeležbo alkohola
- zmanjšanje števila mrtvih in hudo poškodovanih



Slika: Število mrtvih zaradi alkoholiziranosti povzročitelja in cilj NPVCP do leta 2022.

V okviru akcije opozarjamo in osveščamo vse udeležence v prometu, da je sodelovanje v prometu pod vplivom alkohola resno tveganje za nastanek in udeležbo v prometni nesreči.

Glede na statistične podatke o prometnih nesrečah za lansko leto lahko rečemo:

- V lanskem letu se je pripetilo 1.527 prometnih nesreč, ki jih je povzročil alkoholiziran udeleženec. **Delež alkoholiziranih povzročiteljev prometnih nesreč je 9,9 % med vsemi povzročitelji.**
- **Število alkoholiziranih povzročiteljev prometnih nesreč s smrtnim izidom se je zmanjšalo na 22 % (včasih je bilo 30%);**
- **izredno visoka pa je še vedno povprečna alkoholiziranost povzročiteljev prometnih nesreč, v letu 2014 1,45 g/ kg alkohola**
- V omenjenih nesrečah je **umrlo 23 udeležencev oz. 21 % vseh žrtev prometnih nesreč (v preteklem letu 28%, prej preko 30%).**
- **število umrlih zaradi alkohola v prometu se je zmanjšalo s 35 (leto 2013) na 23 (leto 2014), kar je za 34%. Prav tako beležimo zmanjšanje prometnih nesreč s poškodbami.**

### **Alkohol v prometu**

Alkohol uživamo zaradi njegovih učinkov in zaradi socialnih pomenov, ki mu jih pripisujemo. Alkohol je snov, ki »čarobno« spremeni svet, saj učinkuje na naše telo oziroma na naša čutila tako, da doživljamo našo okolico na spremenjen (nerealen) način. Alkohol je legalna droga, ki:

- ga uporablja večina posameznikov v naši družbi,
- večina odraslih posameznikov ni v zadostni meri kritična do varljivosti učinkov uživanja tega, zato lahko pride do zlorabe alkohola.

Do težav pri vožnji pod vplivom alkohola pride, ko pride do toksičnih učinkov alkohola na posameznika. Alkohol je legalna droga, ki vpliva na voznikovo ravnanje tudi pri majhnih količinah. V raziskavah, ki so jih naredili v tujini, so ugotovili, da že s prvim kozarcem alkoholne pijače začnejo slabeti vozniške sposobnosti, podaljšuje se reakcijski čas in povečuje se število napačnih odločitev. Z večanjem koncentracije pa se negativne posledice povečujejo. Dogovorjena meja za običajne voznike je 0,24 g alkohola na l izdihanega zraka ali 0,5 grama alkohola na kg telesne teže, za začetnike, poklicne voznike in druge posebne skupine voznike pa je zahtevana popolna treznost.

Alkohol pomembno vpliva na posameznikovo doživetje sveta, saj zmanjšuje posameznikovo sposobnost samokontrole. V začetku alkohol povzroči dvig aktivnosti, zato se lahko posameznikovo vedenje kaže kot bolj pogumno, tvegano. Nato sledi upad ter številne težave v funkcioniranju posameznika. V spodnji tabeli so našteje glavne posledice na vozniške sposobnosti.

Učinki alkohola, pomembni za varno sodelovanje v prometu in vožnjo so:

- a) *vid in zaznavanje*: zožanje vidnega polja, zmanjša odpornost na bleščanje, oslabi sposobnost prepoznavanja različnih odtenkov svetlobe, zmanjša zmožnost očesne leče na prepoznavanje barv – posledično tako vpliva na zaznavanje gibanja, globine, doživetje oddaljenosti/bližine,
- b) *motorika*: upočasni hitrost odzivanja in spremeni doživetje časa,
- c) *samodoživetje*: samoprecenjevanje, odsotnost uvida v oslabiljeno delovanje čutil<sup>1</sup>, daje občutek poguma in vsemogočnosti pri obvladovanju stvari, ki se jih človek loti v opitem stanju
- d) *čustvena stanja*: spodbudi negativno doživetje, ki je ob dolgotrajnem pitju stopnjevano do resnih in globljih čustvenih težav, t. j. običajno znatno povišano doživetje depresivnosti, ki ima pomemben učinek na posameznikovo funkcioniranje.

Koncentracija alkohola pri posamezniku je odvisna od:

- telesne teže,
- spola,
- hrane, ki se prebavlja,
- časa trajanja pitja,
- količine popitega alkohola (glede na različne tipe alkoholnih pijač).

Koncentracije alkohola v krvi merimo preko:

- analize količine alkohola v izdihanem zraku, ki jo merimo z etilmetrom (alkotester je indikator)
- analize krvi.

**Alkohol pomembno vpliva na posameznikovo sposobnost sodelovanja v prometu!**

---

Tabela: Pregled učinkov alkohola na vozniške sposobnosti

| Koncentracija alkohola g/kg krvi | Posledice  |
|----------------------------------|--|
| 0,2 g/kg ali 0,1 mg/l            | Poslabša se sposobnost opazovanja premikajočih se luči.  |
| 0,3 g/kg ali 0,14 mg/l           | Poslabša se sposobnost globinskega opazovanja in s tem pravilne izbire varnostne razdalje. Zmanjša se kritičnost do lastnega ravnanja in samokontrola. Poveča se pripravljenost za tveganje, lahko tudi agresivnost.   |
| 0,5 g/kg ali 0,24 mg/l           | Pojavi se rdeča slepota (slabša zaznava rdeče luči na semaforju in zavornih luči),<br>Zmanjšuje se sposobnost hitrega preusmerjanja pogleda z enega predmeta na drugega,<br>Pridobi se občutek, da so predmeti bolj oddaljeni, kot so v resnici,<br>Podaljša se reakcijski čas,<br>Pojavijo se motnje ravnotežja,<br>Pojavijo se napačne ocene hitrosti vozil,<br>Voznik se vedno težje prilagaja naglim svetlobnim spremembam.<br><br>Večina ljudi pri doseženi stopnji 0,5 g/kg ne zmore odločitve, da ne bo popila ničesar več. |
| 0,8 g/kg ali 0,38 mg/l           | Bistveno se poslabša možnost koncentracije<br>Do 25% se zmanjša ostrina vida<br>Pojavi se oženje vidnega polja in t. i. tunelski vid,<br>Reakcijski čas se podaljša za 35-50%,<br>Pojavi se stanje evforije<br>Voznik se ne kontrolira več in precenjuje svoje sposobnosti<br>Bistveno se poslabšajo zmožnosti prostorske zaznave in ocene oddaljenosti vozil in predmetov, ki se približujejo<br>Voznik ne more več usmerjati pogleda   |
| Višje koncentracije              | Povečuje se število napak, zgoraj navedeni učinki so še močnejši.  |

**Pomembne mejne vrednosti alkoholiziranosti voznikov v različnih enotah**

**0,24 mg alkohola/l izdihanega zraka = 0,5 g alkohola/kg krvi = 0,5 promilov**

**0,38 mg alkohola/l izdihanega zraka = 0,8 g alkohola/kg krvi = 0,8 promilov**

**0,52 mg alkohola/l izdihanega zraka = 1,1 g alkohola/kg krvi = 1,1 promilov**

**0,71 mg alkohola/l izdihanega zraka = 1,5 g alkohola/kg krvi = 1,5 promilov**



**Merice/enote alkohola**

**1 enota = 10 g alkohola**



Pivo  
2,5 dl  
5 % alkohola



Vino  
1 dl  
12 % alkohola



Aperitiv  
0,6 dl  
18 % alkohola



Žganje  
0,3 dl  
40 % alkohola

## **Podatki glede odnosa do alkohola v prometu**

Rezultati mednarodnega raziskovalnega projekta SARTRE 4 (2011) nam kažejo trende spreminjanja stališč in odnosa slovenskih udeležencev v prometu (v večini voznikov) do tvegane ravnanja v prometu, kamor sodi tudi vožnja pod vplivom alkohola:

- v veliki večini (70%) se vozniki ne strinjajo s trditvijo, da lahko piješ in nato previdno voziš, tudi skoraj 80% jih je prepričanih, da je zelo verjetno, da bodo nadzorovani za alkoholiziranost, ter tudi da ni verjetno, da bi njihovi prijatelji pili alkohol ter vozili, kar kaže na pozitiven trend spremembe stališč do vožnje pod vplivom, ter tudi zaznavo socialne norme znotraj skupine
- še vedno pa se po poročanju voznikov samih pri 10% sicer redko zgodi, da vozijo po verjetno prekoračeni stopnji dovoljenega alkohola, pri tem moramo upoštevati lastno nekritičnost anketirancev, tako da je realna situacija nekoliko slabša,
- v primerjavi z drugimi evropskimi vozniki se nahajamo nekje v evropskem povprečju, slovenski vozniki menijo, da bi lahko pred vožnjo popili le eno enoto alkohola (1 dcl vina = 2,5 dcl piva = 0,3 žgane pijače);
- kar 40 % slovenskih voznikov meni, da pri vožnji ne bi smeli tolerirati sploh nič alkohola, še 20% pa bi sedaj dovoljeno stopnjo znižala, pri ženskah je takšno mnenje pogostejše kot pri moških
- v primerjavi s prejšnjo raziskavo (SARTRE 3) se je delež z 10% povečal na 20% tistih, ki menijo da pred vožnjo sploh ne bi smeli piti, zelo se je povečal delež tistih, ki menijo, da lahko spiješ eno enoto (s 40% na 60%), zmanjšal pa se je delež tistih, ki menijo, da lahko spiješ več kot 3 enote alkohola (z 10% na 4%)

## ***Alkohol in druge droge in zdravila***

Še posebej je problematično, če se alkohol uživa v kombinaciji z nekaterimi zdravili, predvsem s pomirjevali (benzodiazepini), sredstvi proti bolečinam (analgetiki), tudi zdravili za resne duševne bolezni (antipsihotiki) ter nekaterimi zdravili proti alergijam (antihistaminiki). Izrazito se seštevajo in multiplicirajo kombinacije alkohola in vseh vrst drog (heroina, THC, kokaina, amfetaminov, metadona).

## ***Kazni za vožnjo pod vplivom alkohola***

Področje vožnje pod vplivom ureja Zakon o pravilih cestnega prometa (Ur. l. 109/2010 ter spremembe). Zakonsko je za običajne voznike kategorije B dovoljena stopnja alkohola 0,24 g/mg oz. 0,5 promila alkohola. Za voznike začetnike, poklicne voznike, učitelje vožnje in nekatere druge pa velja popolna treznost (0,0 alkohola). Za vožnjo pod vplivom alkohola nad dovoljeno mejo je glede na ugotovljeno stopnjo alkoholiziranosti predpisana:

- denarna globa
- kazenske točke
- možne stranske sankcije (prepoved vožnje, pridržanje, prenehanje voziškega dovoljenja, kontrolni zdravstveni pregled, rehabilitacijski programi)

## ***Rehabilitacijski programi kot dodatni ukrep***

Od leta 2011 so v slovenski zakonodajo vpeljani t.t. rehabilitacijski programi kot dodatni ukrep pri prekrških vožnje pod vplivom alkohola ali drugih psihoaktivnih snovi. Pri voznikih, ki so vozili s koncentracijo alkohola 0,8 g/kg je poleg 18 kazenskih točk in denarne globe nujen kontrolni zdravstveni pregled pri pooblaščenem medicincu dela, prometa in športa. Kot možnost je odložitev prenehanja veljavnosti dovoljenja ob udeležbi na ustreznem rehabilitacijskem programu:

- edukacijski delavnici v obsegu 6 ur v skupini, predvsem za mlajše in pri nižjih prekoračitvah alkoholiziranosti
- psihosocialne delavnice v obsegu 17 ur, večinoma v skupini, za večje koncentracije
- zdravljenje odvisnosti od alkohola

V okviru rehabilitacijskih programov udeleženci pridobijo tako nekatere nove in dodatne informacije glede problematičnosti alkohola in vožnje, soočajo se z neustreznimi stališči do vožnje pod vplivom ter kritično ovrednotijo lastno ravnanje, zahtevnejši cilji pa so vezani na načrtovanje spremembe lastnega bodočega vedenja ter splošnega odnosa do pitja alkohola. Do sedaj kažejo podatki, da se je programov udeležilo okrog 6.000 posameznikov letno, preko 900 pa jih je bilo od uvedbe napoteni na zdravljenje odvisnosti. Večinoma so udeleženci moški srednje starosti. Stroške programov nosijo udeleženci sami. Večina udeležencev se udeleži edukacijskih delavnic, v manjši meri pa psihosocialnih delavnic. Na podlagi podobnih ukrepov v tujini (Avstrija, Nemčija, Švedska, Francija) je povprečna stopnja verjetnosti ponovitve prekrška vožnje pod vplivom po udeležbi v programu znašala 45,5 % (čeprav je bilo variiranje med raziskavi zelo visoko 15 % - 71 %).

### **PREBERITE IN UPOŠTEVAJTE**

- € Alkohol v prometu je eden izmed glavnih dejavnikov tveganja udeležbe v prometni nesreči
- € Zavedajte se, da se že s prvim kozarcem alkohola slabšajo naše psiho-fizične sposobnosti za varno udeležbo v prometu
- € nikoli ne vozite pod vplivom alkohola niti se ne vozite z voznikom, ki je užival alkohol
- € tudi pri pešcih in kolesarjih je alkohol dejavnik tveganja, saj je vsako leto nekaj pešcev in kolesarjev, ki so utrpeli hude posledice v prometnih nesrečah zaradi alkohola
- € upoštevajte naslednja priporočila za zmanjšanje porabe alkohola:
  1. nikoli nisem v prometu pod vplivom alkohola
  2. če nameravam piti alkohol, poskrbim za varen prihod domov (avtobus, taksi...)
  3. alkohola ne ponujam mladoletnim osebam
  4. alkohola ne ponujam v šoli, na delovnem mestu

Kontaktna oseba:

**Javna agencija RS za varnost prometa**, Mateja Markl, tel. 01/400–88–70,  
e-naslov: [Mateja.Markl@avp-rs.si](mailto:Mateja.Markl@avp-rs.si)