



## Wpływ alkoholu na prowadzenie pojazdów

Etanol, obecny w trunkach, to alkohol etylowy, który już po paru minutach przedostaje się do krwioobiegu. W Polsce dopuszczalny poziom alkoholu we krwi dla kierującego pojazdem to 0,2 promila (0,1 mg/l). Limit ten obowiązuje także w przypadku jazdy na rowerze czy poruszania się pojazdami wodnymi.

Szybkość metabolizowania alkoholu zależy nie tylko od jego ilości, ale też od wagi i płci. Dla przykładu, mężczyzna o wadze 80 kg, który wypił dwa półlitrowe piwa 5%, będzie eliminował alkohol przez ponad 6 godzin, a kobieta o wadze 60 kg tę samą dawkę alkoholu będzie „spalała” przez 10 godzin.

Do pierwszych objawów działania alkoholu należą zakłócenia funkcji poznawczych takich jak logiczne myślenie, koncentracja uwagi, odbiór wrażeń zmysłowych, w tym różnicowanie bodźców wzrokowych i słuchowych, ocena odległości od przedmiotów.

Już przy niewielkich dawkach alkoholu wydłuża się czas reakcji. Stopniowe pogarszanie się uwagi i postrzegania zaburza poprawny odbiór rzeczywistości i skutkuje błędną oceną sytuacji w trakcie prowadzenia pojazdu. Kolejne dawki etanolu wyraźnie pogarszają zdolność do szybkich reakcji, co odczuwalne jest zwłaszcza w nagłych sytuacjach, w których np. niespodziewanie hamuje przed nami samochód lub pieszy wchodzi na ulicę w niedozwolonym miejscu.

Pogłębia się także problem z utrzymaniem koncentracji. Utrudniona wówczas staje się jazda swoim pasem ruchu, dostosowanie prędkości do zaistniałych warunków na drodze oraz zwracanie uwagi na zmieniającą się sygnalizację świetlną i drogową. Podobne trudności mogą też być wynikiem pojawiającego się po alkoholu zaburzenia widzenia.



Zadanie publiczne jest realizowane w ramach Narodowego Programu Zdrowia i współfinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych, będących w dyspozycji Ministra Zdrowia w ramach konkursu przeprowadzonego przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii



W trakcie stanu upojenia alkoholowego obraz staje się zamazany i może dojść do zmniejszenia zakresu pola widzenia. Odnotowuje się również przykłady zaburzenia postrzegania kolorów. Intensywne picie prowadzi do poważnych zaburzeń koordynacji ruchowej, objawiającej się chwiejnym krokiem, trudnościami z utrzymaniem wyprostowanej postawy ciała, przewracaniem się. Konsekwencje tych objawów w przypadku prowadzenia nie tylko samochodu, ale i roweru mogą być dramatyczne.



Zadanie publiczne jest realizowane w ramach Narodowego Programu Zdrowia i współfinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych, będących w dyspozycji Ministra Zdrowia w ramach konkursu przeprowadzonego przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii