

حوادث ترافیکی

یکی از سه عامل اول بروز مرگ و میر در ایران و جهان است. از آنجا که حوادث، موجب مرگ در سنین جوانی است، سالهای از دست رفته عمر بیشتری را موجب می شود. سوانح و حوادث بالاخص سوانح ترافیکی بعنوان یکی از عوامل مهم و تهدید کننده زندگی انسانها درآمده است. شناسایی و کنترل عوامل خطر مؤثر در بروز حوادث میتواند به میزان بسیار زیادی از بار بیماری و مرگ در کشور بکاهد. بدین جهت، در نظر گرفتن این جنبه از مشکلات سلامتی مردم در نظام تحول سلامت بسیار اهمیت یافته و می تواند زمینه ساز تحولی شگرف در خدمات بهداشتی را فراهم آورد. **بخش مهمی از پیشگیری از سوانح و حوادث با خود مراقبتی قابل دستیابی است.** نکته مهم در نظر گرفتن **نقش مردم** است. الگوی جامعه ایمن به عنوان چارچوبی مناسب جهت پیشگیری از حوادث و ارتقاء ایمنی با بهره گیری از جلب مشارکت های بین بخشی با سازمان های ذینفع است. این الگو از طرف سازمان جهانی بهداشت به رسمیت شناخته شده و از آن حمایت می کند.

حوادث ترافیکی و عوامل موثر در آن

عوامل خطر مربوط به جاده و وسیله نقلیه

ایمن نبودن جاده ها

نا آشنایی با جاده ها

رانندگی در شب

عدم استفاده از صندلی
کودک استاندارد

تجهیز نبودن خودرو
در فصول مختلف

رانندگی در شرایط
آب و هوایی نامساعد

نقص فنی خودرو



© Bahar Al-Nahrain
Tehran 0712 933 1900

عوامل خطر مربوط به انسان



تگاه کردن و توجه
به خارج از خودرو



حرف زدن با سرنشینان
یا تلفن همراه



سرعت بالا



رانندگی تحت تاثیر
مواد مخدر و الکل



آواز خواندن و
صدای بلند موسیقی



خواب آلودگی
و خستگی راننده



رانندگی بعد از مصرف
داروهای خواب آور



نداشتن مهارت کافی در رانندگی



رانندگی در حالت
خشم و عصبانیت



اهمیت پیشگیری از حوادث ترافیکی:

همه ساله ۱/۲۰۰/۰۰۰ نفر در جهان جان خود را به علت حوادث ترافیکی از دست میدهند. ۹۰ درصد موارد مرگ ناشی از حوادث ترافیکی مربوط به کشورهای با درآمد کم یا متوسط است. عابران پیاده، دوچرخه سواران و موتورسواران در مقایسه با رانندگان و سرنشینان اتومبیلها و وسایل نقلیه دیگر، بیشتر در معرض خطر هستند و کاربران آسیب پذیر راهها نام دارند. عابران پیاده در تصادف با خودرویی که ۸۰ کیلومتر در ساعت سرعت دارد، به طور تقریبی اصلاً شانس زنده ماندن ندارند. در واقع شانس زنده ماندن عابران پیاده با افزایش سرعت خودرویی که با آنها برخورد میکند کاهش می یابد همچنین سرعت بر شدت ضربه تصادف تأثیر میگذارد. کاهش بار حوادث ممکن نیست مگر آنکه تک تک مردم نقش خود را به درستی ایفا کنند به عبارتی شهروندانی قانون مدار باشند.

به عابران پیاده توصیه می شود که در شب و در مه و غبار و در شرایطی که دید کافی وجود ندارد از لباس رنگ روشن استفاده کنند و در صورت پوشیدن لباس تیره یا چادر مشکی در شرایط فوق حتماً علامت شبرنگ روی لباس خود نصب کنند. عبور از مکانهای مجاز و پیاده روها، خط کشی عابر پیاده و پلهای هوایی، توجه به چراغ مخصوص عابرین پیاده از توصیه های ایمنی برای عابران پیاده است. والدین باید به کودکان خود بیاموزند که خیابان مکانی خطرناک است .

با افزایش روزافزون خودروها تردها در شهرها و جاده ها بر تعداد و شدت تصادفات ترافیکی به میزان زیادی افزوده شده و ضایعات جانی و مالی ناشی از این تصادفات، بار سنگینی بر جامعه بشری تحمیل میکند. حوادث ترافیکی اولین علت مرگ های ناشی از حواث است. تخلفات رانندگی همواره یکی از علل بروز حوادث ترافیکی در همه جوامع است. در بروز تخلفات رانندگی، عوامل محیطی کنترلی (نظارت پلیس و اعمال قوانین راهنمایی و رانندگی)، خوردوهای غیراستاندارد و راه های نایمن دخیل هستند. اما **علل انسانی به عنوان یکی از مهمترین عوامل، موجب بیشترین میزان تخلفات و تصادفات است.** این عامل، با اصلاح رفتارهای فردی و اجتماعی، تا حدود زیادی قابل پیشگیری است. رفتارهای پرخطر رانندگی، یکی از عوامل مؤثر در تصادفات رانندگی است. نحوه عکس العمل رانندگان در حالت های هیجانی مختلف می تواند بر رفتار رانندگی آنها تاثیر بگذارد.

مدیریت سرعت هسته اصلی نظام ایمنی ترافیک است که شامل تعیین و اجرای محدودیت سرعت است: کاهش سرعت ، میزان بروز سوانح ترافیکی، مصدومیت های شدید و تلفات ناشی از آن را کاهش می دهد. **کاربران آسیب پذیر راه ها از جمله سالمندان، کودکان، معلولین و موتورسواران** در تصادف با خودروئی که سرعت کمتر از ۳۰ کیلومتر در ساعت داشته باشد اغلب زنده می مانند این در حالی است که آنها در تصادف با خودرویی که با سرعت بیش از ۵۰ کیلومتر در ساعت حرکت می کند اغلب کشته می شوند. **رانندگی با سرعت غیر مجاز یا غیر مطمئن معضل مهم ایمنی راه ها در بسیاری از کشورهاست** که عامل بروز حداقل یک سوم از تصادفات و عامل تشدید کننده در تقریباً تمامی تصادفات است و در راه هایی که میزان تردد عابرین پیاده در آنها بالا است و تمهیدات جداسازی کافی به کار برده نشده است حداکثر سرعت مجاز ۳۰ کیلومتر در ساعت باید در نظر گرفته شود.

واحد پیشگیری از بیماری های غیرواگیر

معاونت بهداشت دانشگاه - پاییز ۱۴۰۰