Госавтоинспекция Михайловского района напоминает, что утомленное или болезненное состояние может стать причиной непоправимой трагедии



Причинами совершения дорожно-транспортных происшествий являются не только нарушения правил дорожного движения, но и переутомление водителя при длительном времени нахождения за рулём, недостаток сна, а также наличие некоторых заболеваний.

Многие водители не придают большого значения усталости, сонливости, болезненному состоянию и снижению внимательности на дороге. Не стоит забывать, что жаркая погода может стать причиной недомогания у водителей и наступления признаков состояния утомления: притупляется внимание, появляется сонливость и вялость, замедляется реакция. В таком состоянии автолюбитель не может вовремя отреагировать на внезапное изменение дорожной ситуации.

Побороть это можно только одним способом – остановить машину и отдохнуть. Остальные средства – кофе, курение, громкая музыка, открывание окон – не действуют. Водитель может замедлить наступление предельной усталости, правильно подготовившись к поездке. Чтобы не подвергать опасности себя и своих близких, Госавтоинспекция рекомендует:

1. Прежде чем отправиться в долгое путешествие, необходимо обязательно хорошо отдохнуть.

2. Не стоит отправляться в путь после бессонной ночи или утомительного рабочего дня.

3. По возможности отказаться от движения в ночные часы.

4. Не управлять автомобилем в болезненном состоянии.

5. Чередовать управление машиной и отдых: после 2–2,5 часов движения делать 5–10-минутные перерывы.

Помните о личной безопасности, сохранении жизни и здоровья родных и близких.