

Při řízení je důležitý i odpočinek

Policisté dopravního inspektorátu v Třebíči v pátečních odpoledních hodinách šetřili dopravní nehodu, ke které došlo na silnici III. třídy číslo 40513 v obci Krahulov. Třicetiletý řidič osobního automobilu VW jel ve směru od obce Pokojovice na obec Červená Hospoda a vlivem mikrospánku vyjel s vozidlem vlevo do protisměru, kde narazil bočně do protijedoucího osobního automobilu. Po tomto nárazu vyjelo vozidlo VW vlevo mimo komunikaci, kde poškodilo obrubník chodníku a dále pak dřevěné oplocení domu. Při dopravní nehodě došlo k lehkému zranění obou řidičů a jednoho spolujezdce a vznikla hmotná škoda v předběžné výši 86.000 korun. Alkohol byl u obou řidičů vyloučen dechovou zkouškou.

Častou příčinou tragických dopravních nehod bývá právě mikrospánek. Řidiči nákladních vozidel mají stanoveny doby řízení, které musejí dodržovat. Pro řidiče osobních a dodávkových vozidel žádné takové nařízení není, ale i tak by měli mít na paměti několik základních pravidel.

Nejdůležitější je odpočinek před jízdou. Řidič by měl usedat za volant odpočatý a v dobrém zdravotním stavu. Únava, nemoc a stres nebo zlost jsou špatnými společníky při řízení.

Před jízdou by se měl řidič zdržet konzumace alkoholu a léků, které mohou ovlivnit jeho schopnost k řízení.

Při delší jízdě by si měl řidič zastavovat na malé přestávky spojené třeba s jednoduchými protahovacími cviky.

Nejhorší pro řidiče z hlediska mikrospánku je dálnice a dlouhé rovné úseky silnic.

Tomáš Procházka