

Træthed gør bilferien farlig

Familien kan komme slemt til skade og ferien blive ødelagt, hvis man glemmer at holde nok pauser på bilferien. Træthed er skyld i 20 % af alle trafikulykker og er lige så farlig som spritkørsel. Dansk opfindelse skal hjælpe bilisterne med at køre sikkert.

I disse dage er tusinder af danske familier ved at gøre sig klar til årets store bilferie rundt om i Europa. De fleste har arbejdet intensivt op til ferien for at blive klar og få alle opgaver gjort færdig. Derefter skal bilen pakkes efter arbejde og tusinder kører af sted sent om aftenen for at kunne køre gennem Tyskland om natten og undgå de mange bilkøer.

Det betyder at kroppen er træt, og at man måske er i søvnunderskud når man sidder bag rattet. Dermed stiger risikoen for at man døser hen eller bliver uopmærksom markant samtidig med at man kører på veje, hvor man ikke er vant til at færdes og dermed skal være ekstra opmærksom.

Træthed skyld i mange ulykker

En rapport fra Havarikommissionen for vejtrafikulykker fra foråret 2011 viser, at 20 % af alle trafikulykker skyldes træthed. Samtidig viser et videnskabeligt studie i magasinet Nature fra 1997, at når en bilist er meget træt svarer det til, at han kører med en alkoholpromille på 0,9.

”Det er farligt at køre bil, når man er træt. Derfor er det utroligt vigtigt, at bilisterne er udhvilede og bliver mindet om, at de skal holde pauser. Vi ved fra undersøgelser, at mange bilister opdager alt for sent, at de faktisk er for trætte til at køre bil, og det svarer til at de kører spritkørsel” siger Ole Nørregaard, specialist i søvnmedicin, og overlæge ved Aarhus Universitets Hospital.

Dansk opfindelse skal holde os vågne

Forskning viser, at den eneste effektive forebyggelse af den farlige træthed bag rattet er at holde ind til siden og tage en pause på minimum 10 min. Desværre er vi som mennesker generelt dårlige til at vurdere vores egen træthedstilstand og lytte til kroppens signaler om træthed.

Hvis man gerne vil have hjælp til køre sikkert, så kan den danske sikkerhedsløsning Anti Sleep Pilot være en ide. Den fås som et diskret produkt, til montering på instrumentbrættet eller som en iPhone applikation.

5 gode råd

Sådan nedsætter du risikoen for træthedsulykker på ferien:

1. Hold pauser med jævne mellemrum
2. Lyt til din krop og hold altid en pause, når du begynder at følge dig træt
3. Del turen op – overnat eventuelt undervejs, hvis turen er lang
4. Sørg for god og tilstrækkelig søvn – både før ud- og hjemturen
5. Kør med en Anti Sleep Pilot løsning for øget sikkerhed

Under kørsel beregner Anti Sleep Pilot løbende hvor træt bilisten er. Den fastholder opmærksomheden gennem simple test og anbefaler en pause *inden* trætheden bliver farlig. Beregning sker på baggrund af 26 videnskabeligt identificerede parametre.

Anti Sleep Pilot har fået fem ud af seks stjerner i FDMs medlemsblad Motor og er på rekordtid blevet en international succes med rosende omtale i en lang række internationale medier, så som New York Times og Financial Times.



Mere info

Se mere på www.antisleepilot.dk

Du kan du også læse om den danske opfindelse Anti Sleep Pilot i en aktuel artikel på Ingeniørens brancheportal: <http://elektronikbranchen.dk/nyhed/beskeden-koeresensor-er-et-elektronisk-monster>

Kontakt

Troels Palshof, Administrerende Direktør i Anti Sleep Pilot,
Mobil: 20 42 42 61, e-mail: tmp@antisleepilot.com

Ole Nørregaard, Overlæge ved Aarhus Universitets Hospital
Mobil: 40 42 19 52, e-mail: olenorre@rm.dk