

سرعت

سرعت که به عنوان یک عامل خطر کلیدی در آسیب های ناشی از حوادث ترافیکی مطرح شده است هم بر خطر تصادف و هم بر شدت آسیب های ناشی از تصادف ها تاثیر می گذارد.

سرعت غیر مجاز یعنی فراتر رفتن از محدوده سرعت رانندگی با سرعت نامناسب یعنی رانندگی با سرعتی که برای تسلط روی جاده و وضعیت ترافیک مناسب نیست. سرعت غیرمجاز و نامناسب در آمار مرگ و میر و آسیب های ناشی از حوادث سهم به سزایی دارد. این سهم در کشورهای توسعه یافته ۳۰٪ و در برخی کشورهای توسعه نیافته و در حال توسعه ۵۰٪ است.

با کنترل سرعت خودروها می توان از بروز تصادف ها پیشگیری نمود و ضربه ناشی از تصادف ها و در نتیجه شدت آسیب وارده بر قربانی را کاهش داد.

چگونه سرعت بر تصادف و آسیب های ناشی از آن تاثیر میگذارد؟



• در سرعت بالا راننده باید در مدت زمان کوتاهتری توقف کند و مانع تصادف شود

• خودرویی که با سرعت ۵۰ کیلومتر در ساعت حرکت می کند معمولا برای توقف به ۱۳ متر مسافت نیاز دارد و خودرویی که با سرعت ۴۰ کیلومتر در ساعت حرکت می کند به مسافت کمتر از ۸/۵ متر برای توقف نیاز دارد.

• به طور متوسط کاهش سرعت به میزان ۱ کیلومتر در ساعت باعث می شود که خطر تصادف های آسیب زا ۳٪ و خطر تصادف های مرگبار ۴-۵٪ کاهش یابد.

• هم چنین سرعت بر شدت ضربه تصادف تاثیر می گذارد. احتمال مرگ برای سرنشینان خودرو با سرعت ۸۰ کیلومتر در ساعت ۲۰ برابر زمانی است که سرعت حین تصادف ۳۰ کیلومتر در ساعت باشد.

• ارتباط بین سرعت و شدت آسیب، به خصوص برای افراد آسیب پذیری مانند عابران پیاده و موتور سواران و دوچرخه سواران بحرانی است به عنوان مثال ثابت شده است که عابران پیاده در زمان برخورد با یک خودرو که سرعت آن ۳۰ کیلومتر در ساعت یا کمتر است، ۹۰٪ شانس زنده ماندن دارند، در حالی که در زمان برخورد با خودرویی که ۴۵ کیلومتر در ساعت سرعت دارد، شانس زنده ماندن عابران پیاده کمتر از ۵۰٪ است.

• عابران پیاده در تصادف با خودرویی که ۸۰ کیلومتر در ساعت سرعت دارد، به طور تقریبی اصلا شانس زنده ماندن ندارند. در واقع شانس زنده ماندن عابران پیاده با افزایش سرعت خودرویی که با آنها برخورد می کند کاهش می یابد.

چه عواملی بر سرعت تاثیر می گذارد؟

انتخاب سرعت توسط راننده ممکن است تحت تاثیر عوامل زیر باشد:

- عوامل مربوط به راننده : سن ، جنس ، میزان خستگی ، تعداد سرنشینان خودرو

• عوامل مربوط به راهها و وسایل نقلیه: طراحی جاده و خیابان ، کیفیت سطح جاده و خیابان، قدرت خودرو ، میزان حداکثر سرعت خودرو

• عوامل مربوط به ترافیک و محیط : تراکم و ترکیب ترافیک ، سرعت مجاز ، شرایط اقلیمی،

چگونه می توان برای مقابله با عوامل موثر در

سرعت برنامه ریزی کرد؟

• تدوین و اعمال قانون محدودیت سرعت از مهمترین اقدامات کاهش آسیب های ناشی از تصادف است. بر اساس بررسی های مختلف ، هر ۱ کیلومتر کاهش سرعت در ساعت به ۳-۲٪ کاهش در میزان تصادف منجر می شود.

• تجربیات بسیاری از کشورها حاکی از آن است که اعمال مودی قانون محدودیت سرعت، بر کاهش سرعت تاثیر موقت دارد. و باید به طور مستمر و مشهود، این قانون را اجرا کرد.

• استفاده از دوربین های کنترل سرعت در زمینه کاهش تصادف مقرون به صرفه است

• در برخی کشورها، در خصوص محدودیت سرعت، بر حسب شرایط آب و هوا و زمان هشدارهای مختلفی داده می شود. بر همین اساس محدودیت سرعت باید با شرایط محلی و محیط های ترافیکی متناسب باشد.



راه ایمن

به مناسبت هفته ملی سلامت مردان

۱۴۰۴

جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس

واحد سلامت میانسالان

• در محل هایی که باید سرعت را کاهش داد . نظیر محل خروج از راه های پهن خطر بروز تصادف ها بیشتر است

• طراحی برنامه های اصلی شامل تعیین محل های تردد در راه های شلوغ، محل های تردد در راه های شلوغ، در محل های نزدیک شهرها و روستاها که بر سرعت راننده تاثیر می گذارد نیز از جمله اقدامات موثر در کنترل سرعت است. ایجاد مناطق مخصوص سرعت پایین و مسیرهای قوس دار نمونه هایی از برنامه های موثر در کاهش سرعت وسایل نقلیه هستند.

• می توان برنامه هایی را طراحی کرد که محدودیت سرعت توسط خود وسایل نقلیه ایجاد شود و برای ترویج استفاده از این برنامه ها قانون گذاری صورت گیرد. این برنامه ها قبلا در بسیاری از کشورها در خصوص وسایل نقلیه سنگین و اتوبوس ها اجرا شده است و بر آورد می شود که با اجرای آن ها می توان تعداد تصادف ها را به میزان ۲٪ کاهش داد. مشابه این اقدام در خودروها و وسایل نقلیه سبک نیز باید انجام شوند.

سازمان بهداشت جهانی به کشورهای عضو پیشنهاد می کند که قانون محدودیت سرعت را به عنوان کارکرد اختصاصی راه ها تدوین و اعمال نمایند.

ایمن رانندگی کنید

• همچنین، میزان سرعت ممکن است تحت تاثیر ایجاد ساختارهای ایمن تر قرار گیرد. به عنوان مثال اقدامات مربوط به تغییر محیط جاده بر کاهش جریان (روان بودن) ، ترافیک و سرعت خودروها و در نتیجه، مراقبت از تصادف ها و کاهش میزان آسیب های ناشی از آن ها موثر است. این اقدامات شامل مجزا کردن محل ها تردد با سرعت بالا و سرعت پایین و ممانعت از ورود خودروها به محل های مشخص است .

• اقدامات مربوط به کنترل سرعت به طور گسترده جهت کاهش تعداد تصادف ها در بسیاری از کشورهای توسعه یافته اجرا شده است. این اقدامات شامل ایجاد تمهیدات فیزیکی کاهش دهنده سرعت است برخی از این تمهیدات عبارتند از:

۱. ایجاد مسیرهای دوربرگردان
۲. تغییرات عمودی در راه ها (مانند دست اندازها)
۳. تغییرات افقی در راه ها (مانند باریک کردن راه و ایجاد سرعت گیرها)

در جایی که اجرای قوانین کنترل سرعت موثر نیست، انجام اقدامات تایید شده جهت کاهش سرعت ممکن است اثربخش باشند.

