

Безбедна возња у путничким возилима на високим температурама

Сезона годишњих одмора повећава број учесника у саобраћају, а и могућност већег броја саобраћајних незгода. Статистике показују да се највећи број саобраћајних незгода дешава лети и то најчешће у јулу, августу и септембру. Како би смо путовали безбедно, потребно је придржавати се одређених савета за возњу у летњим условима.

Препоруке за возњу у путничком аутомобилу у летњим условима:

1. Не улазите у аутомобил који је стајао на сунцу, обавезно отворите сва врата и прозоре, укључујући и пртљажник. Тако ће се проветрити и за неки степен расхладити ваздух у аутомобилу.
2. Употреба клима уређаја треба да омогући да унутрашња температура буде нижа 5 до 7 степени од спољашње.
3. Правите паузе током возње: у току возње по високим температурама и путовањем на дужим релацијама потребно је да се праве паузе у возњи на свака 2 сата по 15 минута. Проветравање возила, унос довољне количине течности и лагано истезање отклониће прве знаке умора који се обично јављају након другог сата возње.
4. Велике врућине представљају ризик по безбедну возњу, јер много брже доводе до умора и исцрпљености. Умор је узрочник сваке треће саобраћајне незгоде на путевима, а неминован је пратилац дугих возњи, нарочито у ноћним и неповољним климатским условима, попут великих врућина. Како бисте спречили или одложили настанак умора у току возње, пре путовања се добро наспавајте и одморите.
5. На пут немојте кретати уколико сте конзумирали алкохол или друге психоактивне супстанце, укључујући и лекове за које је назначено у упутству да могу да утичу на способност управљања моторним возилима.
6. Вежите се – употреба сигурносног појаса је обавезна за сваког путника у возилу било да је у питању возач, сувозач или путник на задњем седишту. Према подацима Светске здравствене организације, употреба сигурносних појасева за возаче и путнике на предњим седиштима смањује ризик од смртог исхода за готово 50 одсто, док за путнике на задњим седиштима тај проценат у појединим деловима света износи и до 75 одсто. Према резултатима Истраживања здравља становника Републике Србије Института за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут” 2013. године, 50,3% деце је навело да увек користи сигурносни појас, што је знатно мање у односу на 2006. годину када је проценат био већи 60%. Чешће сигурносни појас користе деца у добној групи 11–14 година (60,8%), у односу на децу 7–10 година (39,9%).
7. Водите рачуна о безбедности деце у возилу – деца најчешће страдају као путници у возилима, а један од разлога је некоришћење или неправилно коришћење ауто седишта. Према подацима Светске здравствене организације ауто-седишта умањују ризик страдања одојчади за око 70% а код деце узраста 1–4 године за 54%. Код деце узраста 4–7 година помоћна седишта умањују ризик тешких повреда за 59%.
8. Никада децу не остављајте у паркираном возилу на сунцу. Чак и са отвореним прозорима температура у ауто се за 10 минута може попети на 40 степени ако је напољу 25, а ако је напољу 35, температура у ауто достиже и 50. поделјак. Деца су осетљива на екстремне температуре, па се могу прегрејати три до пет пута брже него одрасле особе.

У случају прегрејавања код деце може доћи до топлотног удара који може имати фаталне последице. Зато је важно препознати његове симптоме:

- раздражљивост
- малаксалост, поспаност
- дезоријентисаност
- повећана температура
- повраћање
- конвулзије
- несвестица.

Ако приметите неки од симптома прегрејавања, важно је реаговати одмах!

- Дете одмах склоните из прегрејаног аутомобила.
- Идите у хладовину. На тај начин ће температура тела да се снизи.
- Скините дете. То ће помоћи да се расхлади, да му кожа дође у директан контакт са ваздухом.
- Да би се тело што брже и што боље расхладило, потребно је да дете квасите водом. Расхладите га тако што ћете поквасити пешкир млаком водом и њиме га освежавати.
- Препоручује се да положите хладне облоге на врат, препоне, и под пазух. У пределу тих делова тела се налазе крвни судови најближи кожи, па се хлађењем тих подручја убрзава снижавање температуре целог тела.
- Од велике је важности да дете не дехидрира. Дајте му течност, а ако је већ дехидрирало (узнемиреност, раздражљивост, поспаност, клонулоост, хладна кожа, током плакања нема суза, суве усне, сув и обложен језик, упале очи, увучена фонтанела код беба и сл.) дајте детету по неколико гутљаја на сваких петнаестак минута.

Уколико детету не буде боље, хитно га одвести у најближу здравствену установу!

9. Водите рачуна и ако превозите кућног љубимца – ако се вози пас на задњем седишту потребно га је везати посебно дизајнираним појасевима за псе, док мали кућни љубимци имају посебне путне кутије. Никада их не остављајте у паркираном аутомобилу на сунцу.