

الامتناع عن الكحول هو الأفضل

الآثار والعقوبات والنصائح

العواقب التأمينية

بعد أن تتأكد شركة التأمين من وقوع الحادث فإنها تقوم دائما بتعويض الشخص المضار ، إلا أنه في بعض الحالات قد تنص شروط التعاقد مع شركة التأمين على أن يتحمل صاحب بوليصة التأمين دفع التعويض عند تسببه في وقوع الحادث وهو في حالة سكر ، بمعنى أن يسدد صاحب البوليصة للشركة كافة المبالغ التي دفعتها للشخص المضار .

بعض النصائح من أجل رحلة آمنة

امتنع عن تناول الكحول والأدوية ، لا تقدم مشروبات كحولية لمن يتولى القيادة ، اسأل من يود اصطحابك إن كان قادرا على القيادة في أمان . قائد السيارة المختار هو الشخص الذي يتحمل مسؤولية القيادة ، لذلك فهو يمتنع عن الشرب لكي يضمن مزيدا من الأمان لمن يركب معه .

وتذكر أيضا بأن تخفض السرعة ، وتربط أحزمة الأمان ، ولا تستخدم الهاتف الجوال ، واعلم أن الوجبات الكبيرة قد تسبب الشعور بالنعاس .

لا يجب إطلاقا أن تشعر بأنك مضطرا لتناول المشروبات الكحولية ، وعندما تشرب تذكر بأن تأكل دائما شيئا .

عندما لا تكون واثقا من حالتك الجسمية النفسية «فلا تضع يدك على عجلة القيادة ، واستخدم وسائل المواصلات العامة ، أو سر على قدميك ، أو اتصل بتاكسي ، أو اطلب المساعدة من أحد أصدقائك» .



Ministero della Salute

ccm



تم تنفيذ هذه المطوية بدعم مالي من وزارة الصحة - المركز القومي للوقاية ومكافحة الأمراض ، وذلك في إطار مشروع «اختر طريق السلامة» دورة 2010 .

قانون المرور

وبالنسبة لجميع فئات قاندي السيارات الأخرى فإن قانون المرور يحظر أيضا القيادة في حالة السكر ، ولا يعني هذا أنه يجب أن يكون قائد السيارة سكران لكي يمتنع عن القيادة ، بل أن القانون يعتبر الشخص سكران إذا تجاوزت نسبة تركيز الكحول في الدم مقدار 0,5 جرام كحول لكل لتر دم . وبناء عليه لا يهم إحساس الشخص بحالته بل العبرة بنسبة تركيز الكحول الفعلية في الدم التي تسجلها قوات الأمن .

نسبة تركيز الكحول في الدم	العقوبات	إيقاف رخصة القيادة
أكثر من 0 (بالنسبة للحاصلين على رخصة القيادة الجدد والعاملين بمهنة السياقة)	من 155 إلى 624 يورو	
من 0,5 إلى 0,8 جرام/لتر	من 500 إلى 2000 يورو	من 3 إلى 6 أشهر
من 0,8 إلى 1,5 جرام/لتر	من 800 إلى 3200 يورو والحبس 6 أشهر	من 6 إلى سنة
أكثر من 1,5 جرام/لتر	من 1500 إلى 6000 يورو والحبس من 6 أشهر إلى سنة	من سنة إلى سنتين . إذا كان صاحب السيارة شخصا آخر تضاعف مدة إيقاف الرخصة . في حالة وقوع حادث يتم إلغاء الرخصة .

وعلاوة على ذلك يتم سحب 10 نقاط من الرخصة ! ويتضاعف عدد النقاط المسحوبة من الحاصلين على رخصة القيادة منذ أقل من 3 سنوات !

وفي حالة تسبب قائد السيارة في وقوع حادث تتضاعف العقوبات ويصدر أمر إيقاف إداري للسيارة لمدة 180 يوما .

بالنسبة لقاندي السيارات الذين يتم إيقافهم في حالة سكر ولكن بدون التسبب في وقوع حادث فإن عقوبة الحبس أو الغرامة يمكن أن تستبدل بأعمال لصالح النفع العام في مجال الأمن والتوعية المرورية .

القيادة تحت تأثير الكحول

القيادة تحت تأثير الكحول ، ولو بجرعات قليلة تزيد من مخاطر وقوع الحوادث . آثار تناول الكحول الأكثر شيوعا هي :

- * الاستهانة بمواطن الخطر (السير وإشارة المرور صفراء/حمراء)
- * تقدير خاطئ للمسافات والسرعة (المجازفة في تخطي السيارات)
- * قلة مجال الرؤية (الرؤية في الأنفاق)
- * زيادة الحساسية تجاه الضوء المرتفع أثناء القيادة ليلا
- * تباطؤ زمن رد الفعل (التأخر في استعمال الفرامل)
- * قلة القدرة على التركيز
- * زيادة النعاس



يشير معدل الكحول إلى نسبة تركيز الكحول في الدم والتي تقاس بالجرام لكل لتر دم (جرام/لتر) .

لقد أصبح من الضروري اليوم من أجل القيادة في إيطاليا أن تكون نسبة تركيز الكحول في الدم صفرا 0 ، وذلك لفئات قاندي السيارات سواء كانوا من الشباب أم من العاملين بمهنة السياقة ، أما بالنسبة للفئات الأخرى فممنوع القيادة ونسبة تركيز الكحول في الدم تزيد عن نسبة 0,5 جرام/لتر . ولكن كيف لنا أن نعرف القدر الممكن شربه بدون تجاوز هذا الحد ؟ قبل كل شيء يجب أن نعلم أن نسبة تركيز الكحول في الدم تتأثر بعوامل متعددة : الوزن والنوع ، والسن ، والعرق ، والحالة الصحية ، وحالة المعدة أثناء الشرب (المعدة ممتلئة أم فارغة) ، والفترة الزمنية المنقضية بعد الشرب ، ودرجة كحولية المشروبات .

وعلى ذلك فإن نسبة تركيز الكحول في الدم هي أمر نسبي يختلف من شخص لآخر ومن ظرف لآخر ، حيث تصل نسبة تركيز الكحول في الدم إلى أقصى معدل لها بعد نصف ساعة في حالة الشرب والمعدة فارغة ، وبعد حوالي ساعة في حالة الشرب بعد تناول الطعام .

وعلى عكس ما يعتقد البعض فلا المجهود العضلي ولا القهوة ولا البرد يعمل على سرعة التخلص من الكحول في الدم .

وبالنظر إلى كافة العوامل المؤثرة في مقدار نسبة تركيز الكحول في الدم فإن جميع البيانات لا يمكن اعتبارها إلا بيانات تقريبية !!!

وهناك طريقة بسيطة أخرى لحساب كمية الكحول الموجودة في جسمنا ، إلا أنها طريقة تقريبية لحد بعيد ، وتتمثل هذه الطريقة في حساب عدد الأكواب أو حساب الوحدات الكحولية .

ومن المهم أن نعلم أن كوبا (سعة 125 مل) من خمر بدرجة كحولية 12 درجة ، أو كوبا (سعة 330 مل) من بيرة بدرجة كحولية 5 درجات ، أو كوبا (سعة 40 مل) من مشروب كحولي قوي بدرجة كحولية 36 درجة ، جميع هذه الأنواع تحتوي على نفس كمية الكحول وهي 12 جرام تقريبا .

	أو		أو		أو	
بيرة بدرجة كحولية 5 درجات علبة سعة 330 مل		خمر بدرجة كحولية 12 درجة كوب سعة 125 مل		فاتح للشهية بدرجة كحولية 18 درجة كوب سعة 80 مل		كوكتيل بدرجة كحولية 36 درجة كوب سعة 40 مل

ولتفادي التعرض للمخاطر فلا ينبغي على المرأة تناول أكثر من وحدة كحولية قبل أن تضع يدها على عجلة القيادة ، في حين لا ينبغي على الرجل تناول أكثر من وحدتين .

«لا توجد كميات آمنة من الكحول . الكمية الآمنة من الكحول أثناء قيادة المركبات هي الصفر» .



قانون المرور

آخر التعديلات : يحظر تماما من اليوم في إيطاليا قيادة السيارات بعد تناول المشروبات الكحولية على من تقل أعمارهم عن ٢١ سنة وعلى الحاصلين على رخصة القيادة منذ أقل من ٣ سنوات ، كما يحظر تماما تناول المشروبات الكحولية على قاندي السيارات من العاملين بمهنة السياقة وقاندي الحافلات أو الشاحنات التي يزيد مجموع وزنها مع حمولتها عن ٣,٥ طن .