

Schläfrigkeit am Steuer mit fatalen Folgen

f -- Connor J, Norton R, Ameratunga S et al. Driver sleepiness and risk of serious injury to car occupants: population based case control study. BMJ 2002 (11. Mai); 324: 1125-9

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Walter Scherrer

Studienziele

In dieser Fall-Kontroll-Studie aus Neuseeland wurde untersucht, in welchem Ausmass Schläfrigkeit während des Autofahrens an Verkehrsunfällen beteiligt ist.

Methoden

Die Studienpopulation bestand aus Personen, die mit ihren Autos auf normalen öffentlichen Strassen in der Region Auckland unterwegs waren; Berufsfahrer und -fahrerinnen wurden nicht berücksichtigt. Als Fälle dienten 571 Autofahrende, die in einen Unfall mit Verletzten oder Toten verwickelt waren. Die Betroffenen mussten anhand einer 7- Punkte-Skala einschätzen, wie schläfrig sie unmittelbar vor dem Unfall gewesen waren. Zudem wurde nach allgemeinem Müdigkeitsgefühl, nach den Schlafzeiten in der Woche vor dem Unfall, nach Symptomen eines Schlafapnoe- Syndroms und nach Schichtarbeit gefragt. Wenn sie die Angaben nicht selbst liefern konnten, stammten diese von Mitfahrenden. Die Kontrollgruppe umfasste 588 Autofahrende, die repräsentativ nach Verkehrsaufkommen zu bestimmten Zeitpunkten an zufällig ausgewählten Punkten im Strassennetz ausgewählt worden waren. Bei der Analyse wurden Faktoren wie Geschlecht, Alkohol- und Drogenkonsum oder Fahrzeiten pro Woche mitberücksichtigt.

Ergebnisse

Autofahrende, die sich als mindestens leicht schläfrig («leicht neblig im Kopf») bezeichnet hatten, waren rund 8mal häufiger an einem Unfall beteiligt als Personen, die nicht schläfrig waren. Ein akuter Schlafmangel – weniger als 5 Stunden Schlaf in der vorangegangenen Nacht – liess das Unfallrisiko um mehr als das 2,5fache ansteigen, Fahrten zwischen 2 und 5 Uhr morgens um mehr als das 5fache. Schätzungsweise 19% aller Autofahrenden fielen in mindestens eine dieser Gruppen mit einem erhöhten Unfallrisiko. Chronische Müdigkeit und Schlafstörungen waren dagegen nicht mit einem erhöhten Unfallrisiko verbunden.

Schlussfolgerungen

Schläfrigkeit am Steuer, im Rahmen eines akuten Schlafmangels auch ohne Alkoholeinfluss, scheint eine wichtige Unfallursache zu sein. Die frühen Morgenstunden sind in diesem Zusammenhang als besonders unfallträchtig anzusehen. (UM)

Die Ergebnisse dieser Studie sind sowohl für den Verkehrsmediziner als auch den Allgemeinmediziner, den Verkehrspsychologen und den mit Verkehrsfragen beschäftigten Juristen von Interesse. Während das Unfallrisiko beim Schlafmangel schon lange bekannt und auch in vielen Ländern durch die Ruhezeitverordnung von Berufsfahrern und -fahrerinnen geregelt ist, hat die vorliegende Studie mögliche

Grundlagen geschaffen, auch für Nicht- Berufsfahrer und -fahrerinnen detaillierte gesetzliche Bestimmungen für minimale Ruhezeiten zu schaffen. Dadurch liessen sich die Zahlen für Verkehrsunfälle mit Verletzten und Toten deutlich reduzieren. Weniger bekannt und untersucht war bisher das Unfallrisiko im Zusammenhang mit Fahrten zu einer bestimmten Tageszeit.

Walter Scherrer