

Augen auf im Straßenverkehr.

Schlafapnoe (nächtlicher Atemstillstand)
Sekundenschlaf (Müdigkeitsattacke)

A photograph of a person lying in bed, wearing a CPAP mask. The person is wearing a blue long-sleeved shirt and a CPAP mask with a clear plastic interface and a blue headband. The background shows a window with vertical blinds and a bedside table with a lamp.

Sag ja zum Leben.

Schlafapnoe, die unbeachtete Gefahr!

Eine Folge dessen ist der Sekundenschlaf. Sekundenschlaf kann tödlich enden. Unter Sekundenschlaf versteht man ungewolltes Einnicken (wenige Sekunden) bzw. Müdigkeitsattacken im Straßenverkehr, zum Beispiel bei langen, abwechslungsarmen, monotonen Autofahrten, besonders bei Nachtfahrten zwischen 2 Uhr und 5 Uhr.

Ursachen

Spontane Notwehrreaktion des Organismus auf Schlafstörungen, Schlafdefizite, körperliche oder psychische Übermüdung, Stress, nächtliche Atemstillstände (Schlafapnoe). Laut DVW (Deutsche Verkehrswacht) ist jeder vierte (25 %) Verkehrsunfall darauf zurückzuführen.

Risikogruppen

Berufskraftfahrer, LKW-Fahrer, Busfahrer, Berufspendler und Schichtarbeiter, Privatfahrer auf Wochenendtour oder Urlaubsfahrt, jugendliche Discobesucher nach Dauertanzen, Alkohol- oder Drogenkonsum, Fahrer, die nachts auf einsamen und eintönigen Landstraßen nach Hause rasen, Urlauber auf dem Weg in weit entfernte Urlaubsziele. Um den zu erwartenden Staus zu entgehen, beginnt die Reise oft nach Mitternacht, meist ohne vorher entspannt und geruht zu haben.

Vorboten des Sekundenschlafs!

In den meisten Fällen tritt der Sekundenschlaf mit deutlichen Vorboten auf. Typische Anzeichen für die Gefahr eines auftretenden Sekundenschlafs sind: Fahrfehler, schlechtes Spurhalten, schwere Augenlider, kurzes Zufallen der Augen, Kopfschmerzen, Gähnen, Frösteln, allgemeines Müdigkeitsgefühl.

Folgen

Dramatische Unfallfolgen für LKW-, Autobus- und PKW-Fahrer bei Kontrollverlust über das zu führende Fahrzeug durch Müdigkeitsattacken.

Vorbeugen

Ausreichend Schlaf und Ruhe vor Antritt der Fahrt, regelmäßige Pausen (Rast) mit Gymnastik oder zusätzlichem Schlaf. Kaffee oder Aufputzmittel haben nur aufschiebende Wirkung.

Rechtliches

Der § 1 der Straßenverkehrsordnung (StVO) verpflichtet jeden Fahrzeugführer, sich im Straßenverkehr so zu verhalten, dass andere weder geschädigt noch gefährdet werden.

In § 2 der Fahrerlaubnis-Verordnung (eingeschränkte Zulassung) wird verlangt, dass derjenige, der sich aufgrund körperlicher und geistiger Mängel nicht sicher im Verkehr bewegen kann, am Straßenverkehr nur teilnehmen darf, wenn er Vorsorge getroffen hat, dass andere nicht gefährdet werden. Nach § 315c Strafgesetzbuch (StGB) ist dies eine Gefährdung des Straßenverkehrs und wird als gemeingefährliche Straftat geahndet und kann zu einer Geld- oder Freiheitsstrafe, zu Führerscheinentzug sowie zum Verlust des Versicherungsschutzes führen.

TIPP

Kontaktieren Sie uns, falls Sie unter den o. g. Ursachen wie nächtlichem Atemstillstand oder Müdigkeitsattacken leiden.



Mehr Informationen finden Sie unter [loewensteinmedical.com](https://www.loewensteinmedical.com).

Vereinbaren Sie gerne einen Termin.



LÖWENSTEIN medical

Löwenstein Medical
Arzbacher Straße 80
56130 Bad Ems, Deutschland
T. +49 2603 9600-0
F. +49 2603 9600-50
info@loewensteinmedical.com
loewensteinmedical.com



© Urheberrechtlich geschützt.
Vervielfältigung jeder Art nur mit ausdrücklicher Genehmigung durch Löwenstein Medical.