

"نکاتی مرتبط با رانندگی در شب ، در هوای مه آلود و هنگام ترکیدگی لاستیک خودرو"

ترجمه: حمیدرضا فلاح کهن

دفتر برنامه و بودجه- گروه مطالعات و تحقیقات

rmtorg1393@gmail.com

❖ رانندگی در شب :

نرخ مرگ و میر حمل و نقل در شب سه برابر روز است. بسیاری از رانندگان هنوز با خطرات ویژه‌ی رانندگی در شب آشنا نبوده و از راهکارهای غلبه بر این خطرات بی اطلاع هستند. رانندگی در شب با چالش بیشتری همراه است.

حال این سوال مطرح است که چرا رانندگی در شب خطرناک است؟

یک جواب ساده و واضح برای آن، تاریکی است. ۹۰ درصد عکس العمل راننده به بینایی و قدرت دید او بستگی دارد که در شب بسیار محدود می شود. عمق دید، تشخیص رنگ و دید جانبی پس از غروب خورشید به طور قابل توجهی کاهش می یابد.

در رابطه با رانندگان مسن تر این موارد حادث تر نیز بوده؛ به طوریکه یک راننده ۵۰ساله دو برابر یک راننده ۳۰ساله به نور نیاز دارد.

عامل بعدی که به خطر رانندگی در شب اضافه می شود، خستگی است. خواب آلودگی با کاهش تمرکز و افزایش زمان عکس العمل همراه است که به تبع آن، مشکلات بیشتری برای راننده بوجود خواهد آورد.

خوشبختانه رانندگان با مجهز کردن خودروی خود و پیروی از برخی خطوط راهنما و دستورالعمل ها می توانند چندین راه موثر برای حداقل کردن خطر تصادف داشته باشند.

❖ چندین توصیه جهت رانندگی در شب:

- خودروی خود را برای رانندگی در شب مجهز کنید. چراغ‌های بزرگ، چراغ‌های کوچک، مه‌شکن‌ها، راهنماها و شیشه‌های بیرون و درون خودرو را هر هفته یا قبل از سفر تمیز و پاک کنید.
- اطمینان حاصل کنید که زاویه‌ی چراغ‌های بزرگ به‌درستی تنظیم شده‌اند. چراغ‌هایی که زاویه‌ی مناسبی ندارند به‌خوبی جاده را پوشش نداده و ناحیه کور ایجاد می‌کنند، ضمن اینکه باعث کوری موقت راننده‌های روبرو نیز می‌گردند.
- چراغ‌های بزرگ خودروی خود را در هوای گرگ و میش روشن کنید. چراغ‌ها به دید بهتر شما در چنین زمانی از شب و روز کمکی نمی‌کنند ولی باعث می‌شوند سایر رانندگان بهتر شما را ببینند.
نکته: " دیده شدن به اندازه‌ی دیدن اهمیت دارد."
- زمانیکه پشت خودروی دیگر قرار می‌گیرید، چراغ‌های بزرگ را با نور پایین روشن کنید. با این کار از کوری موقت راننده جلویی جلوگیری خواهید نمود.
- از خیره شدن به خودروی روبرویی که با نور بالا در حرکت است، اجتناب کنید. برای این منظور از حاشیه سمت راست جاده به عنوان خط راهبری استفاده کنید.
- سرعت خود را کاهش دهید و فاصله با خودروی جلویی را افزایش دهید. قضاوت در مورد سرعت و فاصله خودروها در شب دشوارتر است.
- با چشم پزشکی خود غریبه نباشید. آزمایش چشم و بینایی‌سنجی برای رانندگان زیر چهل سال هر سه سال یکبار، رانندگان بین ۴۱ تا ۶۰ سال هر دو سال یکبار و برای رانندگان بالای ۶۰ سال، سالانه توصیه می‌شود. اگر دیدتان کامل است ولی مشکل بینایی در شب دارید، عینک‌های ساده با لنزهای ضدانعکاسی می‌تواند به شما کمک کند.
- از کشیدن سیگار در خودرو جدا خودداری کنید. دود نیکوتین و منوکسیدکربن دید در شب را مختل می‌کند.
- به طور متناوب خودروی خود را متوقف نموده و میان‌وعده‌ای میل کرده و کمی حرکات ورزشی انجام دهید. اگر برای ادامه‌ی مسیر احساس خستگی می‌کنید، کمی استراحت نموده و سپس رانندگی را از سر بگیرید.
- اگر مشکلی در خودروی شما بوجود آمد، خودرو را تا جایی که ممکن است از جاده خارج کرده و مثلث‌های شبرنگ را در ۱۰۰ قدمی خودروی خود، جهت هشدار به خودروهای دیگر نصب کنید. فلاشرها (و در صورت همراه داشتن چراغ‌های گردان سقفی) را روشن کنید. از جاده دور بایستید و مسافری را از محوطه دور کنید.

❖ رانندگی در مه :

رانندگی در جاده‌های امروز نیاز به مهارت و تصمیم‌گیری بهتر نسبت به قبل دارد، مخصوصاً در هنگامیکه شرایط جوی سخت حاکم باشد. در این قسمت در ارتباط با رانندگی در مه و چالش‌های پیش‌روی و راهکارهای پیشنهادی صحبت خواهیم نمود. این شرایط خطرناک آب و هوایی معمولاً در بهار و پاییز اتفاق می‌افتد گرچه فصل زمستان نیز با چنین پدیده آب و هوایی همراه است.

مثل همیشه، توصیه اصلی و آشنای کارشناسان، رانندگی با سرعت کم و افزایش فاصله با خودروی جلویی می‌باشد. رانندگی در مه سنگین شبیه رانندگی با چشمان بسته است. آمار می‌گوید این پدیده یکی از خطرآفرین‌ترین پدیده‌ها در هنگام رانندگی است. سفر شما صرف‌نظر از اهمیت آن، ارزش شرط‌بندی بر روی زندگیتان را ندارد. یکی از بهترین و ایمن‌ترین راهکارها در هنگام مه، توقف کامل خودرو در حاشیه امن جاده بوده و منتظر فروکش کردن مه ماندن است. چون همیشه ساده‌ترین و ایمن‌ترین راهها، عملی‌ترین آنها نیست؛ بنابراین با رعایت برخی نکات، رانندگی را ایمن‌تر کنید:

- در هنگام رانندگی در مه از سرعت خود بکاهید و چراغ‌های بزرگ با نور پایین را روشن کنید. نور پایین مستقیم و به سمت جاده به سایر رانندگان کمک می‌کند تا شما را بهتر ببینند.
- مسافتی که چراغ‌های خودروی شما روشن می‌کند و زمانی که طول می‌کشد تا با مشاهده‌ی جسمی، خودروی شما متوقف شود را در نظر داشته باشید.
- همواره نیم‌نگاهی بر روی سرعت‌سنج خودروی خود داشته باشید. مطالعات نشان می‌دهد که برخی از رانندگان در هنگام مه بصورت ناخودآگاه و به مرور زمان سرعت خود را افزایش می‌دهند.
- اطمینان حاصل کنید که در مه دیده می‌شوید.
- چراغ‌های مه‌شکن خود را روشن کرده و اطمینان حاصل کنید که با نور بالا حرکت نمی‌کنید. نور بالا در مه، دید شما را کاهش می‌دهد.
- به چراغ‌های ترمز اطمینان نکنید؛ آنها در مه روز کمکی به دیده شدن شما نمی‌کنند.
- از فلاشر استفاده نکنید. مطالعات نشان می‌دهد که رانندگان مجذوب نور فلاشر خودروی جلوی خود شده و در همان مسیر حرکت می‌نمایند و به این ترتیب سهواً نامطمئن رانندگی کرده و حرکات خودروی جلویی را تکرار می‌کنند.
- تحت هیچ شرایطی، هرگز نور پایین چراغ‌های بزرگ خودروی خود را خاموش نکنید. چراغ‌های بزرگ تنها قسمتی از خودروی شماست که توسط خودروهای روبه رو از مسافت زیاد دیده می‌شود.
- در صورتیکه جلوی شما بسته است یا دیگر قادر به ادامه دادن نیستید، هرگز در مرکز جاده توقف نکرده و خودروی خود را به خارج از جاده یا منتهی‌الیه سمت راست هدایت کنید.
- از لبه سمت راست جاده به عنوان خط راهنما استفاده کرده و هرگز از خطوط وسط جاده به عنوان راهنما استفاده نکنید. خطوط وسط در صورت بروز اشتباه باعث تصادف رخ به رخ خواهد شد.
- تصور کنید در خودروی پشت سر قرار دارید و مشغول رانندگی هستید. وضعیت خودروی جلویی که همان خودروی خودتان است را بررسی کنید. اگر فلاشر خودروی شما روشن باشد یا بطور متناوب پا را بر روی پدال ترمز قرار دهید، این حرکت، راننده عقبی را (که در حال حاضر خودتان را در جای او تصور کرده‌اید) عصبی نموده و تلاش می‌کند از خودروی جلویی (یعنی خودروی شما) سبقت بگیرد. این کار برای هر دو خودرو خطرآفرین است.
- همواره از برف‌پاک‌کن و ضدیخ در هنگام رانندگی در مه استفاده کنید.

❖ در زمان ترکیدگی لاستیک خودرو چه اقداماتی انجام دهیم؟

هدف اصلی در هنگام ترکیدن لاستیک، حفظ تعادل و کنترل خودرو است. ترس به خود راه ندهید. هر عکس‌العمل بی‌موردی از طرف راننده، شامل فشردن ناگهانی پدال ترمز و یا برداشتن ناگهانی پا از روی پدال گاز منجر به از دست دادن کنترل می‌شود.

❖ در شرایط ترکیدگی لاستیک ۲ مورد مهم را **هرگز** انجام ندهید:

- به هیچ عنوان هرگز ناگهان ترمز نکنید. هرچقدر هم که این کار به صورت غیرارادی انجام شود، می‌تواند بدترین اشتباهی که در هنگام ترکیدگی لاستیک اتفاق می‌افتد باشد.
- ناگهان پای خود را از روی پدال گاز بردارید. این دومین اشتباه بزرگی است که می‌توانید مرتکب شوید زیرا با این کار وزن خودرو را از چرخ‌های عقب به چرخ‌های جلو منتقل می‌کنید و کنترل خود را از دست می‌دهید.

❖ در عوض ۳ گام مهم حتماً **باید** برداشته شود:

- به تدریج پا را از روی پدال گاز بردارید.
- به سرعت جهت درست را با کنترل فرمان مشخص کنید. به سمتی که می‌خواهید بروید نگرسته و فرمان را به آن سمت بچرخانید.
- زمانیکه تعادل خودرو برقرار شد به حرکت خود ادامه دهید تا سرعت کم‌کم کاهش پیدا کند و از جاده خارج شده و در مکانی امن بایستید.
- به خاطر داشته باشید صرف‌نظر از اینکه لاستیک جلو یا عقب ترکیده است تمامی بایدها و نبایدها را رعایت کنید. تنها تفاوت در ترکیدگی لاستیک‌های جلو و عقب این است که در هنگام ترکیدگی لاستیک جلو فشار بر روی فرمان خواهد بود و در ترکیدگی لاستیک‌های عقب، نیروی بیشتری بر صندلی و بدنه خودرو وارد می‌شود.

۱. www.nsc.org/NSCDocuments_Advocacy/Fact/20Sheets/Driving-at-Night.pdf

۲. www.dmv.org/how-to-guides/night.php

۳. www.smartmotorist.com/driving-guideline/driving-in-fog.html

۴. <http://sandiego-towing.com/safety.html>