

«مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا
قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا»

«هر کس کسی را جز به قصاص قتل یا به کیفر فساد در زمین بکشد،
چنان است که گویی همه مردم را کشته باشد و هر کس کسی را زنده

بدارد، چنان است که گویی تمام مردم را زنده داشته است»

سوره مائده آیه ۳۲

سیاس نامه:

- در ابتدا بر خود فرض می‌دانم از سروران ارجمند و ارگان‌های محترمی که هر یک به نوعی راهنمایی‌های لازم را در تدوین و تکوین این پژوهش مبذول داشته‌اند سپاسگزاری نمایم:
- فرماندهی محترم نیروی انتظامی استان زنجان (سردار علیرضا صالحی)
 - معاون حمل و نقل کالای سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای کشور (جناب آقای شهرام آدم‌نژاد)
 - دفتر حمل و نقل کالای سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای کشور (جناب آقای کریم مقدم)
 - ریاست محترم حفاظت اطلاعات نیروی انتظامی استان زنجان (جناب سرهنگ علی جوادی)
 - اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان زنجان
 - ریاست محترم عقیدتی سیاسی نیروی انتظامی استان آذربایجان شرقی (حجة الاسلام و المسلمین حاج آقا غلامی)
 - معاونت بهداری نیروی انتظامی استان زنجان (جناب آقای دکتر پرویز محمدزاده)
 - رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی استان زنجان (جناب آقای دکتر سید رضا موسوی‌زاده)
 - معاونت راهنمایی رانندگی و پلیس راه استان زنجان
 - رئیس شعبه مؤسسه راهگشا در استان زنجان (جناب سرهنگ سید حسین علوی)
 - جمعیت هلال احمر استان زنجان
 - و کلیه عزیزانی که در تدوین این اثر بنده را یاری نموده و با گشاده‌رویی و سعه صدر زحمات مستمر مرا متحمل شدند بی‌نهایت سپاسگزارم

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه.....	۱
فصل اول: بررسی تصادفات رانندگی از نظر آماری و اقتصادی و تأثیر آن بر سلامت روان	
۱-۱ بررسی تصادفات رانندگی به صورت آماری.....	۴
۱-۲ بررسی تصادفات رانندگی از نظر اقتصادی.....	۶
۱-۳ بررسی تأثیر تصادفات رانندگی بر سلامت روان.....	۹
فصل دوم: علل تصادفات رانندگی	
۲-۱ عوامل انسانی.....	۱۴
۲-۲ عوامل جاده‌ای.....	۱۷
۲-۳ وسیله نقلیه.....	۲۰
۲-۴ عوامل محیطی.....	۲۲
فصل سوم: نقش بیماری‌های شایع و تأثیر مصرف داروها و مواد اعتیاد آور در تصادفات رانندگی	
۳-۱ دیابت.....	۲۴
۳-۲ فشار خون بالا.....	۳۰
۳-۳ بیماری‌های قلبی و عروقی.....	۳۵
۳-۴ ایدز (سندرم نقص ایمنی اکتسابی).....	۳۸
۳-۵ مسمومیت با گاز مونوکسید کربن.....	۴۳
۳-۶ نقش مصرف داروها و مواد اعتیاد آور در تصادفات رانندگی.....	۴۵

فصل چهارم: خستگی و خواب آلودگی در تصادفات رانندگی

- ۴-۱ نقش خستگی در تصادفات رانندگی..... ۵۲
- ۴-۲ نقش خواب آلودگی در تصادفات رانندگی..... ۵۷
- ۴-۳ بهداشت خواب..... ۶۴

فصل پنجم: روان‌شناسی و انواع حالت‌های روحی و روانی در رانندگی

- ۵-۱ استرس و رانندگی..... ۶۸
- ۵-۲ روان‌شناسی رانندگی..... ۷۰
- ۵-۳ رانندگی تهاجمی..... ۷۵
- ۵-۴ خشم..... ۸۳
- ۵-۵ مدیریت کنترل خشم در رانندگی..... ۸۷

فصل ششم: آسیب‌های ناشی از گرما زدگی و سرما زدگی

- ۶-۱ آسیب‌های ناشی از گرما زدگی..... ۹۰
- ۶-۲ آسیب‌های ناشی از سرما زدگی..... ۹۴

فصل هفتم: ایمنی در رانندگی و رانندگی تدافعی

- ۷-۱ دستورالعمل‌های ایمنی در رانندگی تحت عنوان هشدارهای پلیس..... ۹۸
- ۷-۲ رانندگی با سرعت غیرمجاز..... ۱۰۵
- ۷-۳ اهمیت کمربند ایمنی..... ۱۰۸
- ۷-۴ موتورسواران و ضرورت استفاده از کلاه ایمنی..... ۱۱۳
- ۷-۵ حواس پرتی در رانندگی..... ۱۱۵
- ۷-۶ مدیریت زمان در رانندگی..... ۱۱۶
- ۷-۷ رانندگی تدافعی..... ۱۱۷

فصل هشتم: رانندگی در شرایط خاص

- ۸-۱ رانندگی در شب..... ۱۳۰
- ۸-۲ رانندگی در زمستان..... ۱۳۲
- ۸-۳ رانندگی در تابستان و هوای گرم..... ۱۳۴

فصل نهم: امداد و نجات و کمک‌های اولیه در تصادفات رانندگی

۹-۱ اقدامات حین و بعد از وقوع حادثه رانندگی.....	۱۳۶
۹-۲ بررسی وضعیت مصدومان.....	۱۴۱
۹-۳ تریاژ.....	۱۴۱
۹-۴ اطفاء حریق.....	۱۴۶
۹-۵ کمک‌های اولیه مصدوم.....	۱۵۰
۹-۶ ارزیابی اولیه.....	۱۵۰
۹-۷ ارزیابی ثانویه.....	۱۵۲
۹-۸ ارزیابی مستمر.....	۱۵۶
۹-۹ احیاء قلبی - ریوی (CPR) در ایست قلبی - تنفسی.....	۱۵۹
۹-۱۰ شوک.....	۱۶۷
۹-۱۱ خونریزی‌ها.....	۱۶۹
۹-۱۲ زخم‌ها.....	۱۷۳
۹-۱۳ شکستگی‌ها.....	۱۷۵
۹-۱۴ سوختگی‌ها.....	۱۷۸
۹-۱۵ تروما.....	۱۸۵
۹-۱۶ حمل‌ها.....	۱۹۵

فصل دهم: پیشنهادات

۱۰-۱ راهکارهای پیشنهادی برای کاهش تصادفات رانندگی.....	۲۰۲
۱۰-۲ توضیحات لازم در مورد برخی از راهکارهای پیشنهادی.....	۲۰۸

فصل یازدهم: قوانین مصوب دولت

آئین‌نامه‌ها و دستورالعمل‌های ایمنی جاده‌ای دولت.....	۲۳۴
منابع و مآخذ.....	۲۳۹

مقدمه

تصادفات رانندگی یکی از عوامل بسیار مهم مرگ و میر و صدمات شدید جانی و مالی می‌باشد که آثار سنگین اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی آن جوامع بشری را بشدت مورد تهدید قرار داده است.

در حال حاضر تصادفات جاده‌ای به بحرانی برای توسعه‌ی اجتماعی و سلامت عمومی جوامع تبدیل شده است و پیش‌بینی می‌شود که در صورت عدم توجه به آن، این حوادث افزایش یابد. تعداد تصادفات جاده‌ای در کشورهای در حال توسعه رو به افزایش بوده و هزینه‌های مستقیم و غیرمستقیم آن نیز در مقایسه با کشورهای توسعه یافته بیشتر است. میانگین سنی قربانیان تصادفات رانندگی اغلب سنین ۱۵ تا ۴۴ ساله و به ویژه جوانان هستند که از ذخایر نیروی انسانی کشورها محسوب می‌شوند.

تصادفات رانندگی نهمین علت مرگ و میر انسان‌ها در دنیا و دومین عامل مرگ و میر در ایران است که البته در ایران اولین علت مرگ و میر در میان گروه سنی زیر ۴۰ سال محسوب می‌گردد. مطالعات سازمان ملل WHO نشان می‌دهد که تا سال ۲۰۲۰ میلادی تصادفات رانندگی به سومین علت مرگ و میر و معلولیت در جوامع بشری تبدیل خواهد شد. به همین دلیل مجمع عمومی سازمان ملل متحد دهه‌ی ۲۰۱۱ تا ۲۰۲۰ میلادی را به عنوان دهه‌ی اقدام برای ایمنی جاده‌ها نامگذاری کرده است.

ایران در میان کشورهای دنیا به لحاظ تصادفات رانندگی و تلفات ناشی از آن رتبه دوم را دارد. بالا بودن حوادث رانندگی جاده‌های کشور علاوه بر تأثیرات ناهنجاری که بر روح و جسم شهروندان می‌گذارد، زبان‌های غیر قابل جبران بر اقتصاد کشور وارد می‌کند و چهره‌ای خشن و ناامن از رانندگی در جاده‌های ایران در ذهن جهانیان ترسیم می‌نماید.

برخی کارشناسان از تصادفات رانندگی در ایران به عنوان «جنگ پنهان» یاد می‌کنند. چون میزان تلفات جاده‌ای در کشور با تلفات یک جنگ تمام عیار برابری می‌کند؛ گفتنی است هزینه‌های تصادفات رانندگی در مقایسه با هشت سال جنگ تحمیلی ایران و عراق خیلی بیشتر است. وجود آمار تأسف بار تلفات و حوادث جاده‌ای در کشور و یک مقایسه سطحی و گذرا با آمار دیگر کشورها بی‌شک علامت سوال بزرگی را در ذهن مسئولین و صاحب نظران این عرصه برمی‌انگیزد که خلاء یک سیستم مدیریتی و راهبردی منسجم در جهت سامان بخشی به این

مسئله پر اهمیت، روز بروز آشکارتر می‌گردد که ضرورت دارد دولتمردان، این موضوع را به عنوان یکی از اولویتهای کاری خویش قرار دهند.

در حال حاضر اعتقاد بر این است که این آسیبها قابل پیشگیری‌اند و نیازمند تلاشهای هماهنگ و همه جانبه‌اند. از این رو توجه به عوامل مؤثر در تصادفات رانندگی و چگونگی راههای پیشگیری از این عوامل نقش بسزایی در کاهش تلفات، عوارض و هزینههای حوادث جاده‌ای دارد. با توجه به ویژگیها و مشکلات پیش روی کشورمان از جمله فرهنگ نادرست رانندگی، فرسودگی راههای ارتباطی و ناوگان حمل و نقل و خودروها، پیشگیری از تخلفات و حوادث رانندگی فرآیندی زمانبر خواهد بود که در این میان اتخاذ سیاستهای صحیح و کارآمد از طرف مسئولان امر می‌تواند در رسیدن به نتیجه مطلوب این فرآیند مؤثر واقع گردد.

بنابراین برای پیشگیری از حوادث رانندگی، بدون تشکیلات و سازماندهی لازم، اقدامات چشمگیر و اساسی صورت نمی‌گیرد و این امر شرایط سیاسی، الزامات و تعهد ملی خاصی را می‌طلبد. باید این درک صحیح در جامعه ایجاد شود که هزینههای ناشی از خسارات رانندگی می‌تواند برای اشتغال‌زایی جوانان و توسعه و پیشرفت برنامه‌های اقتصادی کشور صرف شود. می‌توان با تدوین و اجرای یک برنامه ۵ تا ۱۰ ساله این تصادفات را به نصف و حتی یک سوم میزان فعلی آن تقلیل داد.

یکی از بزرگترین مشکلات، عدم آگاهی مردم از اهمیت و شدت این معضل اجتماعی است و تصادفات رانندگی و عواقب ناگوار آن همواره ادامه خواهد یافت، مگر آنکه آگاهی عمومی و تمایلات مردم نسبت به درک این مسئله تغییر چشمگیری کند و راه حل اساسی برای این معضل پیدا شود. بنابراین به نظر می‌رسد تهیه و تدوین یک کتاب حاوی مؤثرترین و مفیدترین سر فصل‌ها مانند علل تصادفات رانندگی، ایمنی در رانندگی، روان‌شناسی و رفتارشناسی رانندگی، امداد و نجات در حوادث جاده‌ای، آثار و عواقب تصادفات رانندگی در جامعه، ارائه پیشنهادات و راهکارهای مختلف پیشگیری و کاهش تصادفات رانندگی، جهت افزایش آگاهی عمومی در سطح جامعه می‌تواند در حل این معضل کمک کننده باشد.

مرتضی شمسی

۹۲/۸/۱