

Allergiker besonders gefährdet

Medikamente können Risiko eines Sekundenschlafs erhöhen

Bonn (NRW). Akute oder chronische Erkrankungen erfordern zumeist die Einnahme von Medikamenten. Besonders im Frühjahr mit Beginn der Pollenflugzeit müssen viele Menschen sogenannte Antihistaminika gegen ihre Allergie einnehmen. Solche Arzneimittel können allerdings müde machen und damit die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen.

Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) warnt im Rahmen der Kampagne „Vorsicht Sekundenschlaf! Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer.“ vor dem Einfluss von Arzneimitteln auf die Fahrtüchtigkeit. Dabei wird der DVR vom Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur (BMVI) und der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) unterstützt.

Zwischen 15 und 20 Prozent aller zugelassenen Medikamente beeinträchtigen nach Angaben der Hersteller die Fahrtüchtigkeit, indem sie besonders die kognitive Leistungsfähigkeit einschränken und latente Müdigkeit hervorrufen können. Trotzdem unterschätzen viele den Einfluss solcher Medikamente auf ihre Fähigkeit, ein Fahrzeug sicher zu führen. „Auf der Basis von Expertenmeinungen und vorsichtigen wissenschaftlichen Schätzungen können wir davon ausgehen, dass viele Verkehrsunfälle unter der Beteiligung von Arzneimitteln, insbesondere Psychopharmaka, stattfinden“, so Dr. Hans-Günter Weeß, Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin. Zu den weite-

ren für den Straßenverkehr gefährlichen Arzneimitteln zählen unter anderem einige Schmerzmittel und auch manche Antiallergiepräparate.

Arzneimittel können also das Risiko von Müdigkeit am Steuer und eines Sekundenschlafs in der Folge erhöhen. Laut einer Umfrage des DVR sind 20 Prozent der Autofahrer schon einmal am Steuer eingeschlafen (Männer etwa doppelt so häufig wie Frauen). Weitere sechs Prozent sind bereits häufiger beim Autofahren eingenickt. Autofahrer und Autofahrerinnen sollten daher bei verschreibungspflichtigen, aber auch bei frei verkäuflichen Arzneimitteln mögliche Einflüsse auf ihre Fahrtüchtigkeit mit einem Arzt oder Apotheker abklären. „Dies ist insbesondere vor der ersten Anwendung, bei einer Dosissteigerung, bei einer Umstellung oder beim Absetzen von Medikamenten wichtig“, erklärt Dr. Weeß. Zudem sollten Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln berücksichtigt werden, da sie mögliche Nebenwirkungen wie etwa eine verminderte Konzentration und vermehrte Schläfrigkeit noch verstärken können.

Text, Foto: Deutscher Verkehrssicherheitsrat (DVR)



THEMENINFO

Ausgeschlafen fahren und Pausen machen

Ausreichend Schlaf ist das A und O. Vermeiden Sie es daher, nachts oder früh morgens zu fahren und versuchen Sie vorab ausreichend zu schlafen. Denn Schlafmangel wirkt ähnlich wie Alkohol: Speziell das Reaktionsvermögen lässt nach. Daher raten wir, sich nur ausgeschlafen hinter das Steuer zu setzen und ausreichend Zeit für Pausen und ggf. eine Zwischenübernachtung einzuplanen. Eine Rast sollte grundsätzlich alle zwei Stunden und speziell bei ersten Anzeichen von Müdigkeit wie häufigem Gähnen oder schweren Augenlidern eingelegt werden.

Zu den ersten Anzeichen von Müdigkeit gehören:

Häufiges Gähnen, brennende Augen, dichtes Auffahren, schwere Augenlieder, verengtes Blickfeld (Tunnelblick), Schwierigkeiten beim Halten der Spur, kaum Erinnerung an die letzten Kilometer.

Sie sollten auf Ihren Körper hören, diese Anzeichen ernst nehmen und sofort eine Pause machen, um Ihr eigenes Leben oder das anderer Menschen zu schützen.