**Трезвость – норма для водителя**

Многие автовладельцы наверняка согласятся, что основной причиной для того, чтобы не садиться за руль после пары бокалов вина зачастую выступают опасения перед алкотестерами, штрафами и лишениями прав. В действительности, помимо санкций патрульных служб, алкоголь гораздо опаснее своим неизбежным влиянием на мозг водителя. Причем зачастую это влияние совсем незаметно ни самому шоферу, ни его пассажирам, однако оно может неожиданно напомнить о себе в самый критический и неподходящий момент.

Опьянение является основной причиной тяжелых дорожных аварий с увечьями и смертельным исходом.

**Даже при минимально определяемой концентрации алкоголя водитель становиться источником повышенной опасности для себя и окружающих!**

При хроническом потреблении алкоголя расстройства внимания и координации сохраняются в течение нескольких недель даже после того, как человек протрезвел.

Алкоголь не только увеличивает вероятность ДТП, но делает их последствия более тяжелыми и для самого водителя. Исследования показали, что при ДТП травмы у пьяных водителей возникают не только чаще, чем у трезвых, но они более опасны, так как пьяные не способны правильно оценить дорожную обстановку и своевременно принять необходимые меры личной безопасности.

**Как алкоголь влияет на вождение автомобиля?**

**- 0,16-0,22 мг/литр (достаточно 25-50 гр. водки или 0,33 литра пива, 150-200 мл. вина)** - страдает точность оценки расстояния до движущихся предметов, трудно соблюдать дистанцию и рассчитывать тормозной путь. Возникают проблемы и с оценкой габаритов собственной машины, особенно при парковке. Возрастает склонность к рискованной езде.

**- 0,22-0,35 мг/л (около 100-150 мл водки или 1 л пива, 0,3-05 литра вина)** - к неправильному определению расстояния присоединяется ослабленное восприятие красного света (позже замечается водителем). Реакция на пешеходов, снижение скорости автомобильного потока запаздывает. При ночном освещении резко по сравнению с нормой уменьшается четкость зрения.  Движения руля перестают согласовываться с траекторией машины, машина начинает «ерзать» и выезжать с предназначенной полосы, не вписывается в повороты.  При этом резко возрастает самомнение и конфликтность водителя.

**- 0,35-0,53 мг/л и выше (200-300 мл водки или 1,5-2 л пива, 0,75л. вина)** - сужается поле зрения (формируется «туннельный взгляд», большинство событий на дороге просто не замечается). Характерны ошибки в движениях, например, вместо тормозов нажимается педаль газа.

Скорость выведения алкоголя непостоянна и зависит от многих факторов. Желательно, чтобы с момента разового употребления алкоголя и до вождения автомобиля прошло не менее суток. **Обращаем Ваше внимание, что приведенные дозы алкоголя являются условными, превышение предельной концентрации алкоголя возможно и при меньшей дозе спиртного.**

Если ДТП повлекло за собой ущерб здоровью или смертельный исход, пьяного водителя ждет уголовное дело и лишение свободы.

**Гарантией безопасности является полная трезвость!**

Врач психиатр - нарколог Овчинникова М.Н.