மது அருந்து அல்லது வாகனத்தைச் செலுத்து

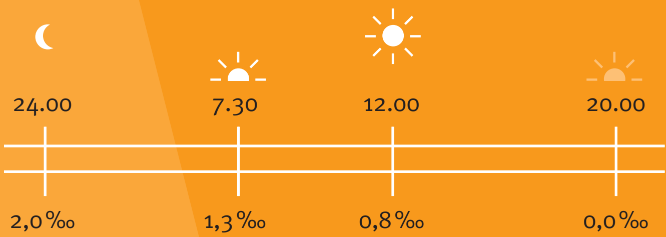
மனிதன் மது அருந்தும் போது, என்ன நடக்கிறது?

உடலுக்குள் என்ன நடக்கிறது?

மதுசாரத்தின் ஒரு குறைந்தளவு வீதம் வாயினூடாகவும் இரைப்பையினூடாகவும் உடலினால் உறிஞ்சப்படுகிறது. 95% குடலினால் உடலையடைகிறது. மதுசாரமானது, குறைந்தளவு குடலையடையுமானால், உதாரணமாக, உணவுடன் சேர்த்து அருந்தப்படுமாயின், உடலுக்குள் ஏற்படும் விளைவானது (முக்கியமாக மூளைக்குள்), அதிகளவு மதுசாரம், குறைந்த நேரத்தில் குடலின் பகுதியை அடைவதால் ஏற்படும் விளைவை விடக் குறிப்பிடக் கூடியளவு பலவீனமானதாக இருக்கும். உறிஞ்சப்படும் வேகம் மதுசாரத்தின் வகையில் தங்கியிருக்கும். காபனீரொட்சைட்டுடன் கலந்த மதுசாரங்கள் குறிப்பிடக் கூடியளவு விரைவாக உறிஞ்சப்படும் (பியர், நுரைவைன், அல்கோபொப்ஸ்).

மதுசாரம் எவ்வாறு உடலுக்குள் குறைக்கப்படுகிறது? குறைக்கப்படும் வேகம் துரிதப்படுத்தப்படக் கூடியதா?

மதுசாரமானது, 20 நிமிடங்களின் பின் உடலினால் உறிஞ்சப்படுகிறது. அதன் பின், ஈரலினால் குறைக்கப்படுகிறது. ஓர் ஆரோக்கியமான ஈரலானது, ஒரு மணித்தியாலத்துக்குள் 0,1 முதல் 0,15 மதுசாரவீதத்தைக் Promille குறைக்கும். இந்த நடவடிக்கை துரிதப்படுத்தப்பட முடியாதது. கோப்பி குடித்தல், குளிர் நீரில் குளித்தல் அல்லது விளையாட்டு உடலின் புத்துணர்வை மாற்றுமேயொழிய மதுசாரவீதம் அப்படியே மாறாதிருக்கும். நீரருந்துதல் உடலுக்கு நல்லது; எனினும் மதுசாரவீதத்தை அதுவும் மாற்றாது (ஜதாக்கமாட்டாது).



நடுஇரவு வரையும் நீங்கள் குடித்திருப்பீர்களேயானால் (2 Promille), காலை 07,30 மணிக்கும் 1,3 மதுசாரவீதம் உங்கள் இரத்தத்தில் இருக்கும்.

வாகனம் செலுத்தும் போது மது

மதுசாரவீதம் 0,2 இற்கு மேல் இருந்தால், வாகனமோட்டும் ஆற்றல், ஏற்கனவே குறைவடைந்திருக்கும். களைப்பு, மனஅழுத்தம், மருந்துகள் உட்கொள்ளல், கொண்டாட்ட மனநிலை அல்லது கோபம் போன்ற காரணிகள், வாகனமோட்டும் ஆற்றலைக் குறைக்கும் அதாவது மதுசாரத்தின் விளைவைப் பாரதூரமாகப் பாதிக்கும் மேலதிகக் காரணிகள் என்பதைக் கவனத்திற்கொள்ள வேண்டும்.

0,2 – 0,3 மதுசாரவீதம் (Promille)

வாகனம் செலுத்தும் மனநிலையானது ஆபத்தில் ஆனந்தமடைதல், வேகத்தை அதிகரித்தல் என்பதாக மாறும். சிக்கலான சூழ்நிலையில் உடனடியாகப் பிழைகள் வரும். நுட்பமான இயக்கம் தடைப்பட்டிருக்கும்.

0,4 – 0,5 மதுசாரவீதம் (Promille)

கருத்து வெளிப்பாடானது, பகுதிவாரியாகப் பிழையாக விளங்கிக்கொள்ளப்படும். பக்கப்பார்வை குறைந்திருக்கும். (போக்குவரத்துச் சமிஞ்ஞையைக் கவனியாதிருத்தல்) சிவப்பு விளக்கைத் தெளிவாக உணர முடியாது போகும்.

0,6 – 0,8 மதுசாரவீதம் (Promille)

வாகனம் செலுத்தும் போது ஏற்படக் கூடிய கடுமையான பிழைகள் ஏற்படலாம். எதிர்விளைவுக்காலம் அதிகளவு நீட்டப்பட்டிருக்கும்.

0,8 மதுசாரவீதத்துக்கு மேல்

தன்நிலை, வேகம், வாகனத்தைச் செலுத்தும் கைப்பிடியின் அசைவு போன்றவற்றுக்கிடையிலுள்ள தேர்வானது அதிகளவு பாதிக்கப்பட்டிருக்கும். எதிரேயுள்ள பொருட்களைத் தெளிவாகப் பிரித்தறிய முடியாது போகும் (பாதசாரிகள், துவிச்சக்கரவண்டியோட்டிகள், நிறுத்தி வைக்கப்பட்டிருக்கும் மோட்டார்வண்டி போன்றவற்றைக் காலங்கடந்து காணுதல்).

எவ்வாறு மதுசாரவீதத்தை அளவிடுவது?

ஒவ்வொருவரும் எளிதான முறையில் தனது மதுசாரவீதத்தை அளவிடலாம். இது, சந்தையில் பெற்றுக்கொள்ளக் கூடிய துல்லியமாக அளவிடாத சாதனத்தால் ஊதிப் பரிசோதித்து அளவிடுவதை விட, நம்பத் தகுந்தது. மதுசாரவீதமானது, பால் வேறுபாட்டிலும் உடல் நிறையிலும் தங்கியுள்ளது. ஒரு மெல்லிய பெண்ணின் இரத்தத்திலுள்ள மதுசாரவீதமானது, ஒரு பருத்த ஆணின் இரத்தத்திலுள்ள மதுசாரவீதத்தை விடக் கூடவாக இருக்கும்.
சாதாரணமாகக் கைக்கொள்ளப்படும் ஒரு நம்பத் தகுந்த விதி 1 க்கு 3 அதற்கதற்கென்றிருக்கும்
நியமக்கண்ணாடிக்குவளையில் அருந்தும் போது, எவருக்கும் 0,3 வீதத்துக்கு மேல் மதுசாரம் இரத்தத்தில் இருக்காது. ஒவ்வொரு மணித்தியாலத்திலும் குறைந்தது 0,1 வீதத்தை உடலானது குறைக்கும்.

பியர்/அல்கோபொப்	மதுசாரம் (Schnaps)	வைன்	லிக்கர்
1 லீற்றர்	1 லீற்றர்	1 லீற்றர்	1 லீற்றர்
ஏறக்குறைய 40 கிராம்	350 கி.	80 – 100 கி.	200 – 280 கி.
1 குவளை (3 டெசிலீற்.)	1 குவளை (0,2 டெ.லீற்)	1 குவளை (1,5 டெ.லீ)	1 குவளை (0,5 டெ.லீ)
ஏறக்குறைய 12 கிராம்	7 கி.	12 – 15 கி.	10 – 14 கிராம்

மதுசாரவீதத்தை இலகுவான முறையில் அளவிடுதல்:

ஓர் உதாரணம்: ஒரு 50 கிலோகிராம் எடையுள்ள பெண் 3 குவளைகள் வைன் குடிக்கின்றாள்.

$$\frac{36 \text{ (மதுவின் நிறை)}}{50 \text{ (நிறை கிலோகிராமில்)} \times 0,6} = 1,2 \text{ மதுசாரவீதம்}$$

ஆணாக இருந்தால், 0,6 என்பதற்குப் பதிலாக 0,7 ஆகக் கணக்கிட வேண்டும்.

மதுசாரவீதத்தை அளவிடும் கருவியால் இன்னும் இலகுவாகக் கணிப்பிடலாம்:

www.fachstelle-asn.ch

வாகனம் செலுத்தும் போது கஞ்சா (Cannabis)

கஞ்சாப்பாவனை, ஆற்றல்வெளிப்பாட்டைக் குறைக்கிறது. கஞ்சா, வாகனம் செலுத்தும் ஆற்றலைக் குறைந்தது மூன்று மணித்தியாலங்களுக்குக் குறைப்பதாக பரிசோதனைகள் காட்டுகின்றன. கிரகித்தல், தொடர்புபடுத்தல், பார்வை நடத்தைகள் அத்துடன் எதிர்விளைவைக் காட்டும் ஆற்றல் என்பவற்றைக் குறைக்கிறது. மதுவுடன் ஒப்பிடும் போது சில மனிதரிடம், ஆனால் எல்லோரிலுமல்ல – ஒரு வித்தியாசம், கஞ்சாப் பாவனையின் பின் தம்மைப்பற்றி அதீதமாக எடைபோடுவதைக் குறைத்திருப்பதனால், அவதானமாக வாகனத்தைச் செலுத்துவர். அநேகமாக மதுவுடன் சேர்த்துக் கஞ்சாவையும் பாவிக்கும் போது, மதுசாரத்தினதும் கஞ்சாவினதும் எதிர்மறையான விளைவுகள் பன்முகப்படுத்தப்படுகிறது. இந்தக் கூட்டானது, வீதிப்போக்குவரத்தின் போது மேலும் அபாயகரமானது.

வாகனம் செலுத்தும் போது, வேறு போதைப்பொருட்களும் மருந்துகளும்

வழமையாக வாகனமோட்டும் சாரதிகளுக்கும் மருந்துகள் பாவித்த பின்பு, உடல், உள ரீதியாக ஓர் இக்கட்டான சூழ்நிலையில், அநேகமாக உடனடியாகவும் சரியாகவும் முடிவெடுப்பதில் தவறு ஏற்படலாம். அநேகமான மருந்துகளின் இன்னுமொரு விளைவு தூக்கம். இங்கு அடிப்படையாகப் பொருந்தக் கூடியது: உங்களுக்கு மருத்துவரால் மருந்து எழுதப்பட்டால், நீங்கள் தொடர்ந்து வாகனத்தைச் செலுத்த முடியுமா என்று கட்டாயம் அவரைக் கேளுங்கள். மருந்துக்கும் மதுபானத்துக்கும் எது பொருந்துமோ அது இன்னும் பலமான அளவில் போதைப்பொருட்களுக்கும் பொருந்தும். போதைப்பொருட்களைப் பாவிக்கின்ற மனிதர் – கொக்கைன், கெரோயின், எக்ரசி போன்றவை- எந்தச் சூழ்நிலையிலும் வாகனம் செலுத்தக் கூடாது. மதுவுடன் சேர்த்து மருந்துகளும் போதைப்பொருட்களும் உட்கொள்ளப்படும்போது, அது பாதகமான விளைவுகளைப் பன்மடங்கு அதிகரிக்கும். அதனால் ஒவ்வொரு போதைப்பொருட்பாவனையின் பின் /மருந்து உட்கொண்ட பின், மது பாவித்தலை முற்றாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.

மது அல்லது போதைப்பொருள் பாவித்திருக்கும் நிலையில் ஒரு விபத்து ஏற்படும் போது சட்ட விளைவுகள் என்ன? சட்டம் என்ன கூறுகிறது?

சட்டம் என்ன கூறுகிறது?

ஒருவர் குடிபோதையில் ஒரு வாகனத்தைச் செலுத்தினால், சிறைக்கனுப்புதல் அல்லது அபராதம் செலுத்துவதன் மூலம் தண்டிக்கப்படுவார்.
(வீதிப்போக்குவரத்துச் சட்டம். 91, சரத்து 1 SVG) இது மருந்துகள் அல்லது போதைப்பொருட்கள் காரணமாக வாகனம் செலுத்தத் தகுதியில்லாத நிலையிலிருந்தும், வாகனத்தைச் செலுத்தியிருக்கும் மனிதருக்கும் பொருந்தும் (சரத்து 90 SVG). மதுபோதை என்னும் போது, 0,8 மதுசாரவீதமும் அதற்கு மேலும் இருக்கும் நிலை என்று உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது ("தரமான மதுபோதை"). 0,8 மதுசாரவீதத்திலிருந்து சாரதிப்பத்திரத்தைக் குறைந்தது மூன்று மாதங்களுக்குத் திரும்பக் கையளிக்க வேண்டியிருக்கும், இது மீண்டும் இடம்பெறுமானால், குறைந்தது பன்னிரெண்டு மாதங்களாக இருக்கும்.
0,5 மதுசாரவீதம், "சாதாரண போதை" நிலை என்று, தற்போது புதிதாகத் தை மாதம் 2005 ஆம் ஆண்டிலிருந்து கொள்ளப்பட்ட போதிலும், இதற்கான தண்டனை அபராதமேயொழிய, கட்டாயமாகச் சாரதிப்பத்திரத்தைப் பறிமுதல் செய்யுமளவுக்கு இது, கொண்டுசெல்லாது.
மேலதிகமாக: யார் மதுபோதை- அல்லது போதைப்பொருட்பரிசோதனை செய்ய மறுக்கிறாரோ, அவர் பொலிசாரால், கிட்டவாக இருக்கும் வைத்தியசாலைக்குக் கொண்டுசெல்லப்பட்டு, அங்கு பரிசோதனைக்குட்படுத்தப்படுவார். இதற்காக ஏற்படும் செலவு ஏறக்குறைய 300 பிராங்குகளும் பல மணிநேரங்களும் ஆகும். அதனால் மறுதலித்தலை உடனடியாகக் கைவிடவும்.

மதுபோதையுடன் – போதைப்பொருள் பாவித்திருக்கும் சமயம் விபத்து ஏற்பட்டால், காப்புறுதியின் நிலைப்பாடு எப்படியிருக்கும்?

முரட்டுத்தனமாகக் கவலையீனமாக வண்டியைச் செலுத்தியதன் காரணமாக விபத்து ஏற்பட்டிருக்கும் போது, – இதற்குள் வண்டியைச் செலுத்தும் போது போதைப்பொருட்பாவனை, மது உட்கொண்டிருத்தல் போன்றவையும் அடங்கும்- காப்புறுதி நிறுவனங்கள் சேவைகளை (கொடுப்பனவுகளை)க் குறைக்கச் சந்தர்ப்பமிருக்கிறது. உதாரணமாக, முழுச்சேதமும் வழங்கும் காப்புறுதி (Vollkaskoversicherung) வாகனத்துக்கான சேதத்தில் ஒரு பகுதியை அல்லது முற்றாக வழங்காமல் விடலாம். மூன்றாவது நபருக்கு வழங்கும் காப்புறுதி (Haftpflichtversicherung) வழங்கும் நட்ட ஈட்டில் ஒரு பகுதியைத் திரும்பச் செலுத்தும்படி கோரும்(ஈடு செய்தல்). மனிதருக்கு ஏற்படும் சேதத்திற்கு நோயின்போதான கொடுப்பனவிலும் ஓய்வூதியத்திலும் குறைப்புச் செய்ய முடிவெடுக்கப்படலாம். விபத்தினால் காயப்படும் போது இது மிக விரைவாகப் பல ஆயிரக்கணக்காகச் செலவை உயர்த்திவிடும்.

பொழுதுபோக்கு நேரத்திலான பாதுகாப்பான பயணம்

இரவுப் பேருந்துகளும் இதர கவர்ச்சியான வாய்ப்புகளும் இருந்தும் கூட, பொழுதுபோக்கு நேரத்தில் போக்குவரத்துச் சாதனமாகச் சொந்த மோட்டார்வண்டி இன்னமும் அநேகமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. கொண்டாட்டங்கள், குடும்ப-திருமண வைபவங்கள் அல்லது விளையாட்டு சம்பந்தமான கூட்டங்களுக்குச் செல்லுதல் போன்றவை பரபரப்பானவை – மதுவும் ஏனைய போதைப்பொருட்களும் மாத்திரமல்லாமல், இங்கு இவையும் வாகனம் செலுத்துதலில் செல்வாக்கைச் செலுத்தலாம். கடுமையான வெளிச்சங்கள் பார்வைப்புலனைக் குறைக்கலாம், ஒலிபெருக்கியின் கடுமையினால் கேள்விப்புலன் குறையலாம் அத்துடன் வீட்டுக்குத் திரும்பும் போது இருட்டாகி விடும், அநேகமாக வீதிகள் ஈரமாக அல்லது பனிக்கட்டியினால் மூடப்பட்டிருக்கும். சுருக்கமாக: வாகனத்தைச் செலுத்துபவர், பிரத்தியேகமான சிரமமான நிபந்தனைகளுக்குக் கீழ் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட வாகனமோட்டும் நிலையுடன் தனது வாகனம் செலுத்தும் கடமையுடன் போராட வேண்டியிருக்கும்,

மூன்று தங்கமான ஒழுங்குகள்

- குடி அல்லது வாகனத்தைச் செலுத்து: யார் வாகனத்தைச் செலுத்துகிறாரோ அவர் குடிக்கக் கூடாது!
- பொழுதுபோக்குக் களியாட்டம் தொடங்கு முன் “குடிக்காமல்” வாகனத்தைச் செலுத்தும் ஒருவரை ஒழுங்கு செய்யுங்கள்.
- மதுவுடன் ஏனைய போதைப்பொருட்கள் அல்லது மருந்துகள் உட்கொள்வதை நீங்கள் கட்டாயம் தவிருங்கள்!

FACHSTELLE ASN
ALKOHOL- UND DROGENPRÄVENTION IM STRASSENVERKEHR

AM STEUER NIE

Fachstelle ASN, Ottikerstrasse 10, 8006 Zürich, Tel. 044 360 26 00, Fax 044 360 26 05
info@fachstelle-asn.ch, www.fachstelle-asn.ch

Fachstelle für Interkulturelle Suchtprävention FISP

migesplus

Croix-Rouge suisse
Schweizerisches Rotes Kreuz
Croce Rossa Svizzera

Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention
und Gesundheitsförderung (FISP)
Kehlhofstrasse 12, 8003 Zürich
Tel. 043 960 01 60, Fax 043 960 01 61
fisp@bluewin.ch, www.fisp-zh.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
migesplus
Werkgasse 18, 3084 Wabern
Tel. 031 960 75 75, Fax 031 960 75 60
info@migesplus.ch, www.migesplus.ch

அச்சுப்பதிப்பு

துறைசார் நிறுவனம் Copyright © aktualisierte Ausgabe 2007

migesplus இன் நிதியுதவியுடன் சுவிஸ் போக்குவரத்துப் பாதுகாப்புச் சபையுடன்
இணைந்த பணி

வரைபடம், விளக்கப்படம்: Blitz & Donner, 3037 Herrenschwanden/Bern
ஆசிரியர்: Jan Rintelen, Paul Gisin, Trudi Gisin, Iwan Fuchs
மொழிபெயர்ப்புக்காக மீள் செய்கை: Mustafa Ideli, Joseph Oggier (FISP)

tamilisch, tamaux, tamil