

Alkohol am Steuer

Fahren mit Verantwortung





Autofahren erfordert eine gute Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit. Schon wenig Alkohol schränkt diese ein. Am besten fährt, wer ganz auf Alkohol am Steuer verzichtet.

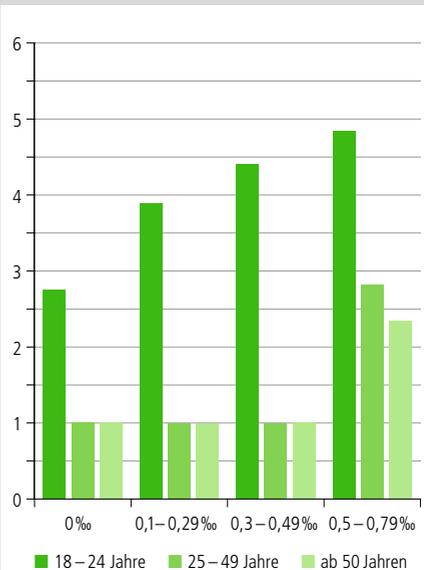
Auf Ihr Wohl

Mindestens jeder 6. Todesfall im Schweizer Strassenverkehr wird von einem angetrunkenen Lenker verursacht. Vor allem Männer, junge Leute und Gewohnheitstrinker überschreiten die gesetzliche Limite von 0,5 Promille Alkohol im Blut. Sie gefährden damit sich und andere im Strassenverkehr. Und sie riskieren Strafen sowie Administrativmassnahmen bis hin zum Führerausweisentzug – mit einschneidenden Konsequenzen für die Mobilität in Beruf und Freizeit. Die bfu rät: Bleiben Sie fit für die Strasse – ohne Alkohol.

Die Folgen von Alkohol

Es ist medizinisch nachgewiesen, dass Alkohol das Bewusstsein verändert – und zwar bei allen Menschen. Bereits ab 0,3 Promille sind das Sehen, die Konzentrations-, Reaktions- und Koordinationsfähigkeit eingeschränkt. Die Risikobereitschaft wächst, negative Auswirkungen von Müdigkeit, Stress, Zeitdruck und Ärger werden verstärkt. Ab 0,5 Promille steigt das Unfallrisiko nachweislich an, bei 0,8 Promille ist es im Durchschnitt bereits 4-mal grösser. Weil Neulenkende beim Autofahren stärker gefordert sind und oft risikoreicher fahren, erhöht schon sehr wenig Alkohol ihr Unfallrisiko. Ihre Gefährdungsgrenze liegt bei 0,2 Promille, sie sollten deshalb ganz auf Alkohol am Steuer verzichten.

Risiko, einen Unfall zu verursachen, nach Altersklasse und Alkoholisierungsgrad



Fit auf die Strasse

Der rechtliche Hintergrund

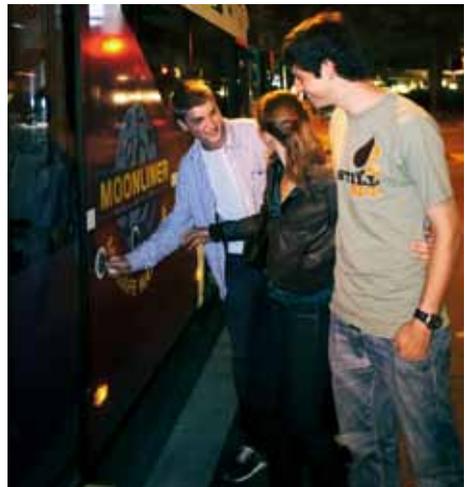
Die Polizei darf jederzeit, auch ohne konkreten Verdacht, Atemalkoholkontrollen durchführen. In Abhängigkeit der Blutalkoholkonzentration beim Lenken eines Motorfahrzeugs regelt das Gesetz die Strafen und Administrativmassnahmen wie folgt:

- 0,5 – 0,79 Promille: Bestrafung mit Busse. Ersttäter erhalten in der Regel zusätzlich eine Verwarnung. Wurde jedoch der Führerausweis in den vorangegangenen zwei Jahren bereits entzogen oder eine andere Administrativmassnahme verfügt, wird der Führerausweis für mindestens einen Monat entzogen.
- Ab 0,8 Promille: Freiheitsstrafe bis 3 Jahre oder Geldstrafe. Führerausweisentzug für mindestens 3 Monate.
- Wiederholtes Fahren in angetrunkenem Zustand: Je nach Schwere des Falls sieht das Strassenverkehrsgesetz wesentlich längere bis hin zu unbefristeten Führerausweisentzügen vor.
- Für Neulenkende in der 3-jährigen Probezeit gilt:
 - Verlängerung der Probezeit um ein Jahr beim erstmaligen Führerausweisentzug.
 - Beim Entzug des Ausweises aufgrund einer zweiten Widerhandlung verfällt der Führerausweis auf Probe. Ein neuer kann frühestens ein Jahr später mit einem verkehrspsychologischen Gutachten beantragt werden.

Verantwortung übernehmen

Gesetze und Kontrollen sind eine Seite, Ihr verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol beim Fahren die andere.

- Wer fährt, trinkt nicht: Lassen Sie das Auto zu Hause, benutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel oder Taxis. Oder bestimmen Sie eine Person, die auf Alkohol verzichtet. Akzeptieren Sie, wenn jemand keinen Alkohol trinken will.
- Neulenkende sollten nüchtern fahren. Aber auch bei erfahrenen Lenkenden vermindert schon wenig Alkohol die Reaktionsfähigkeit.
- Handeln Sie als Gastgeberin oder Gastgeber verantwortungsvoll: Halten Sie immer auch alkoholfreie Getränke bereit. Falls jemand zu viel getrunken hat, rufen Sie ein Taxi oder bieten Sie eine Schlafgelegenheit an.



Ein paar Fakten

- Ein normales Glas mit einem alkoholischen Getränk (etwa 1 dl Rotwein, 2 cl Schnaps, 3 dl Bier) führt zu durchschnittlich 0,2 – 0,3 Promille Blutalkohol. Pro Stunde wird nur ca. 0,1 Promille abgebaut.
- Durch Schlaf wird ein hoher Alkoholgehalt nicht schneller abgebaut. Ihr Alkoholspiegel kann am folgenden Morgen immer noch so hoch sein, dass Sie nicht fahrfähig sind.
- Die Alkoholwirkung oder den Abbau können Sie nicht beeinflussen, weder mit sauren Gurken noch mit Rollmops. Kaffee kann den Alkoholabbau sogar verzögern.
- Alkohol-Selbsttestgeräte sind unzuverlässig. Benutzen Sie stattdessen den Alkoholrechner auf www.bfu.ch.

Medikamente und Drogen

Auch Medikamente können die Leistungsfähigkeit vermindern oder zu Schläfrigkeit führen. Befolgen Sie darum die Ratschläge von Ärzten und Apothekern und halten Sie sich an die Anweisungen in der Packungsbeilage. Seien Sie noch vorsichtiger bei der gleichzeitigen Einnahme von mehreren Medikamenten und vermeiden Sie die Kombination mit Alkohol. Bei Drogen gilt: absolut nie beim Fahren.

Die 3 wichtigsten Tipps



- Wer fährt trinkt idealerweise keinen Alkohol.
- Wenn Sie Alkohol genießen möchten: Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel und Taxis oder bestimmen Sie eine Person, die auf Alkohol verzichtet.
- Kombinieren Sie Alkohol nicht mit Medikamenten oder gar Drogen.

Sicher leben: Ihre bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf www.bfu.ch.

Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

- 3.003 Tempo-30-Zonen
- 3.006 Physik im Strassenverkehr
- 3.008 Sichtbarkeit bei Nacht
- 3.013 Sekundenschlaf
- 3.017 Erste Schritte im Strassenverkehr
- 3.018 Radfahren
- 3.020 Mountainbiking
- 3.021 Motorradfahren
- 3.022 Kinder auf dem Schulweg
- 3.025 Fahrzeugähnliche Geräte
- 3.029 Kreisel
- 3.031 Autofahren im Alter
- 3.055 Kindertransport mit dem Fahrrad
- 3.059 Auto-Kindersitze TCS/bfu
- 3.121 E-Bikes

Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen:
www.bfu.ch.

© bfu 2010, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht