



## Toolboxmeeting: “Vermoeidheid in het verkeer”

Bij het ontstaan van verkeersongevallen mag de rol van vermoeidheid bij bestuurders niet worden onderschat. Vermoeidheidsongevallen zijn bovendien niet alleen een kwestie van te lang achtereen doorrijden; ook slecht of te kort slapen, stress, of tijd van de dag kunnen vermoeidheid veroorzaken. Volgens een conservatieve schatting, gebaseerd op buitenlandse studies, is in 10% tot 15% van de ernstige verkeersongevallen sprake van vermoeidheid bij de bestuurder.

Technische hulpmiddelen om vermoeidheidsongevallen te voorkomen, zijn wel in ontwikkeling, maar nog niet gebruiksklaar. In de vervoersbranche zijn consequent toepassen (en handhaven) van de regels voor rij- en rusttijden en een safety culture op dit moment de enige middelen om ongevallen door vermoeidheid tegen te gaan.

**Vermoeidheid leidt tot een verminderde handelingsbekwaamheid en een verminderde handelingsbereidheid.**

### Welke groepen lopen het meeste risico?

De meeste vermoeidheidsongevallen vinden plaats op auto(snel)wegen, in de late avond en vroege ochtend onder goede omstandigheden, terwijl men al langere tijd op weg is. Het resultaat is veelal dat men van de weg rijdt of frontaal in botsing komt met een tegenligger. De consequenties zijn meestal zeer ernstig: er wordt niet of te laat geremd waardoor de botssnelheid hoog ligt.

Er kan een aantal groepen worden onderscheiden die relatief vaak bij een vermoeidheid-gerelateerde ongevallen betrokken zijn:

- Mensen jonger dan 25 jaar.
- Mensen met slaapstoornissen.
- Mensen die 's nachts rijden.
- Langeafstandsrijders.
- Beroepschauffeurs.
- Mensen in ploegdienst.

### Hoe kan vermoeidheid voorkomen worden?

- In de eerste plaats bestaat de mogelijkheid door middel van regelgeving maximale rijtijden en arbeidstijden vast te stellen, die afdoende rekening houden met de menselijke behoefte aan rust en voldoende goede nachtrust.
- Vervolgens moeten natuurlijk de transportbedrijven het werk zo inplannen dat een chauffeur zich ook daadwerkelijk aan de regels kan houden. Controle op naleving van de regelgeving blijft daarbij van belang. Daarnaast zouden transportbedrijven ook een bepaalde verantwoordelijkheid moeten nemen bij het informeren van hun chauffeurs over de oorzaken en gevolgen van vermoeidheid.
- Daar waar het gaat om het ontstaan van vermoeidheid mag de invloed van persoonlijke leefomstandigheden (lifestyle) van individuele chauffeurs en hun eigen verantwoordelijkheid daarbij, niet vergeten worden.
- Ook het screenen van chauffeurs op slaapstoornissen, met name slaapapneu, kan als een taak van de transportbedrijven worden gezien.

