



Ajokunto

VAK-päivä 5.2.2020

Toimitusjohtaja Anna-Liisa Tarvainen ja tutkimuspäällikkö Juha Valtonen

Liikenneturvan toiminnan periaatteita

- Lailla säädetyt tehtävät (278/2003)
 - Tiedotus, valistus ja koulutus sekä omaa toimintaa palveleva tutkimus
 - Toimintaa koko Suomessa
- Keskusjärjestö
 - Laaja asiantuntijapohja
 - Yhteistyötä jäsenten ja sidosryhmien kanssa
 - Kulkumuotoneutraali toimija
- Tavoitteellisella työllä myönteistä kulttuurikehitystä
 - Tavoitteena jatkuva liikenneturvallisuuden paraneminen.
 - Turvallisuus on perusoikeus. Jokaisella on oikeus turvalliseen liikkumiseen tieliikenteessä.

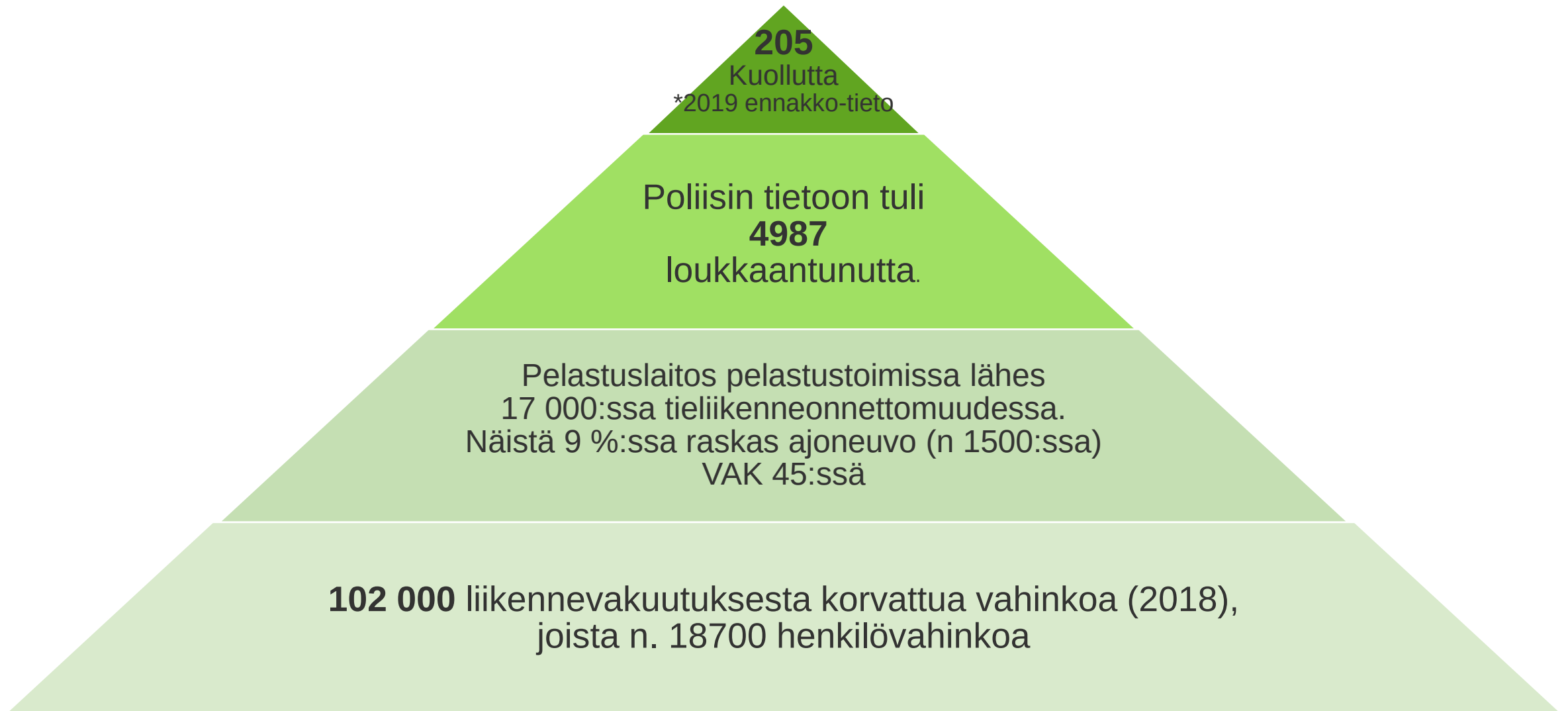
Mistä liikenneturvallisuus muodostuu?

Yhteiskunta:

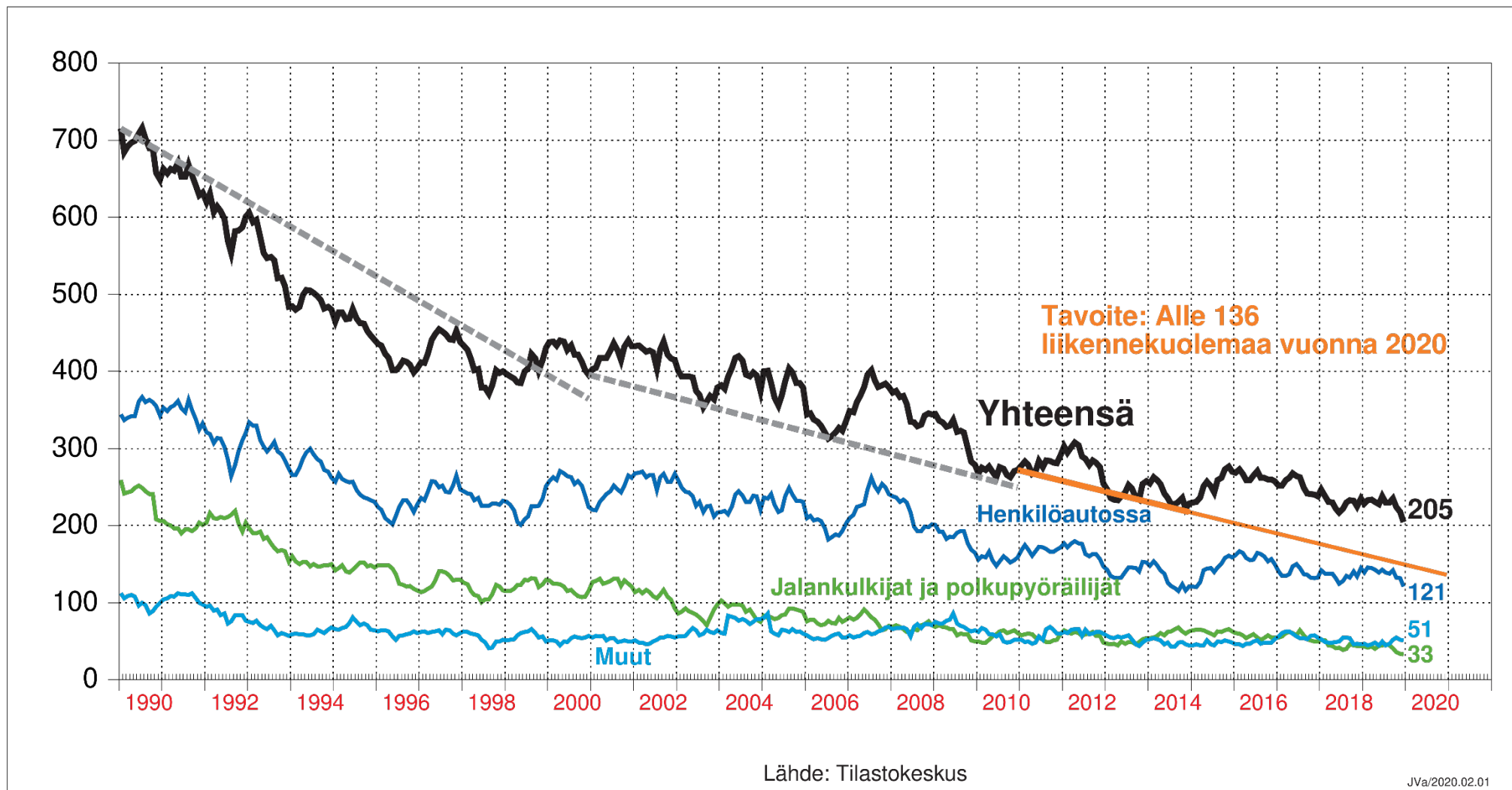
- Väestön ikärakenne, sosiaaliset ongelmat (syrjäytyminen, päihteet)
- Kulttuuri ja trendit (kaupungistuminen, digitalisaatio, automaatio)



Liikenneonnettomuudet ja uhrit

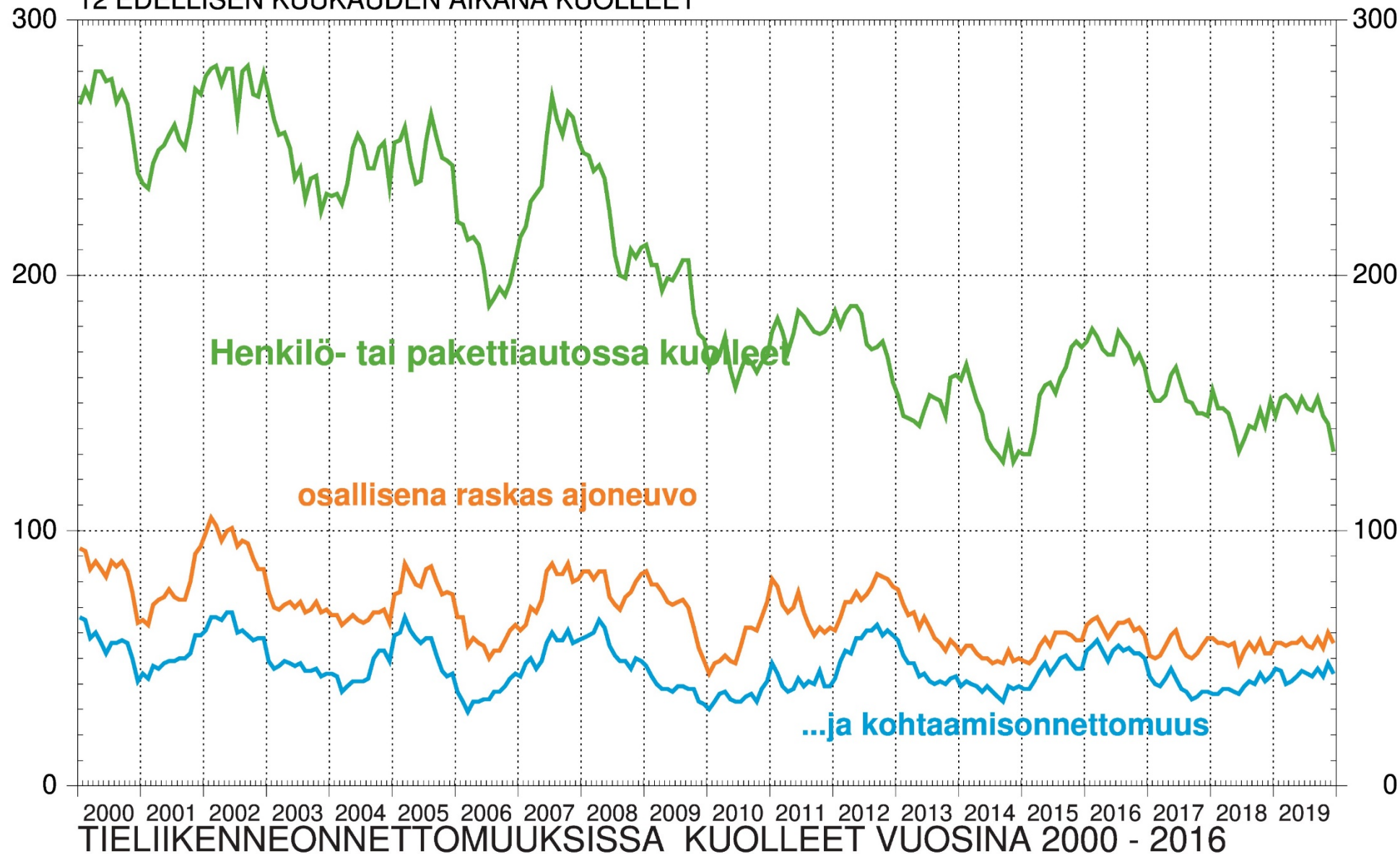


Kuolleet tienkäyttäjittäin ja liikenneturvallisuuustavoite



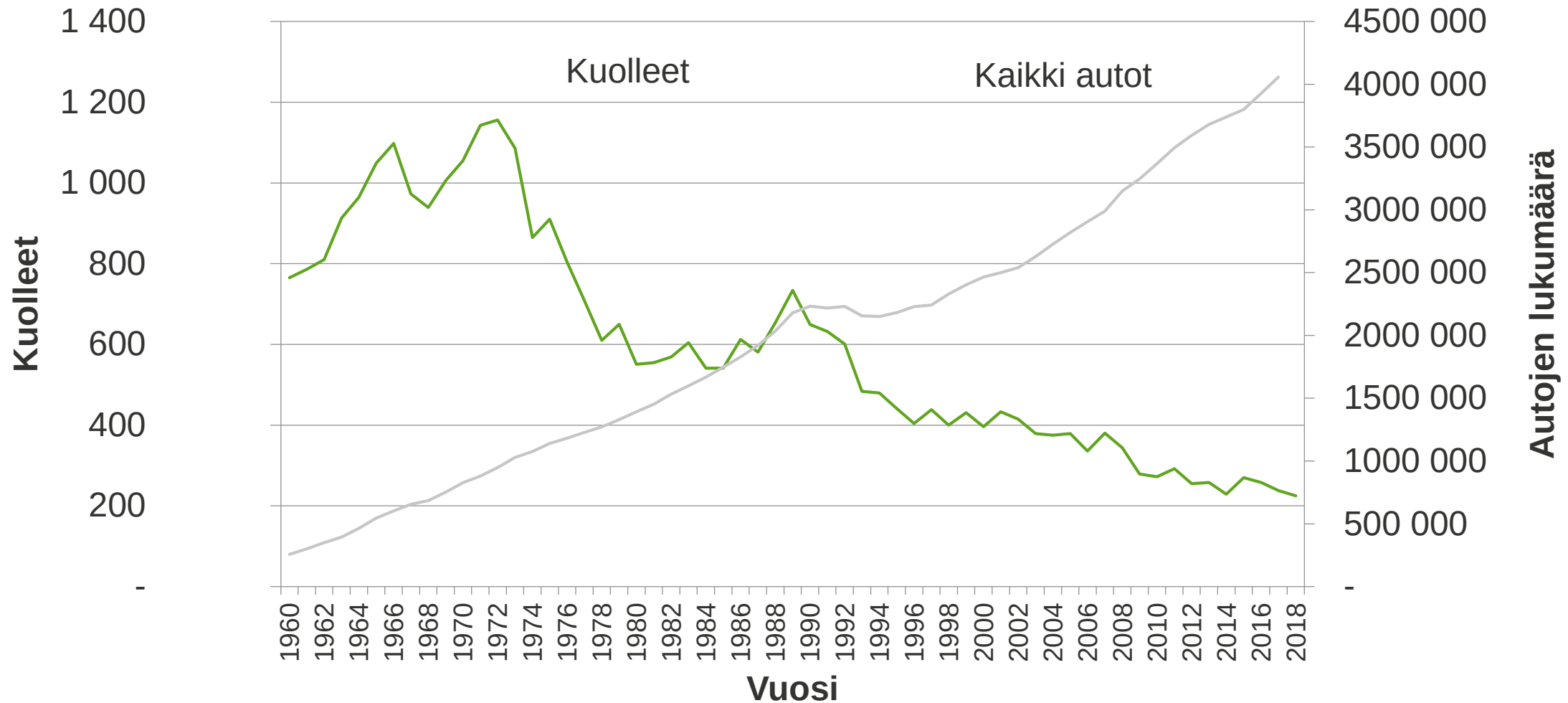
Raskaan liikenteen osuus

12 EDELLISEN KUUKAUDEN AIKANA KUOLLEET



Lähde: Tilastokeskus

Tieliikenteessä kuolleet ja autokanta



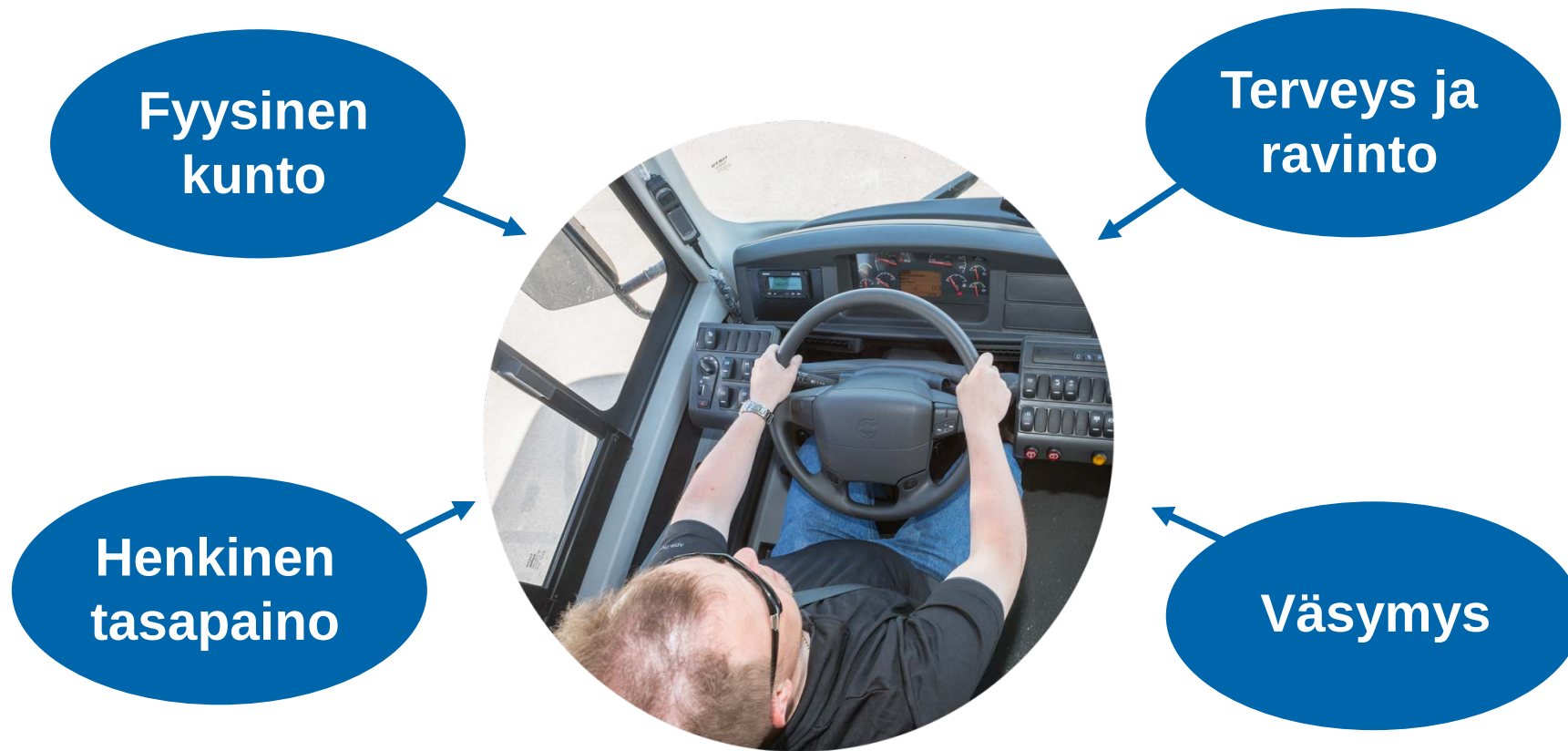
TIELIIKENNEONNETTOMUUKSISSA KUOLLEET 1970 -



TIENTK			TIENTK			MUUTOS	
JK	45		JK	25		-20	
PP	26		PP	24		-2	
MO	10		MO	4		-6	
MP	29		MP	20		-9	
HA	208		HA	142		-66	
MUAU	16		MUAU	18		+2	
MUU	8		MUU	10		+2	
Total	344		Total	241		-103	

JVa/2020.01.23 / Z4A

Kuljettajan kunto?





Ajokunto vaihtelee hetkestä toiseen

Ajokunto

- Voi olla hetkellisesti heikentynyt esimerkiksi väsymyksestä.
- Arvioi aina oma ajokuntosi ennen liikkeelle lähtemistä.

Ajokyky

- Voi heikentyä muun muassa sairauksista, motorisista ongelmista ja ajamattomuudesta.
- Hyvä ajoergonomia ja taitojen ylläpitäminen on tärkeää.

Ajoterveys

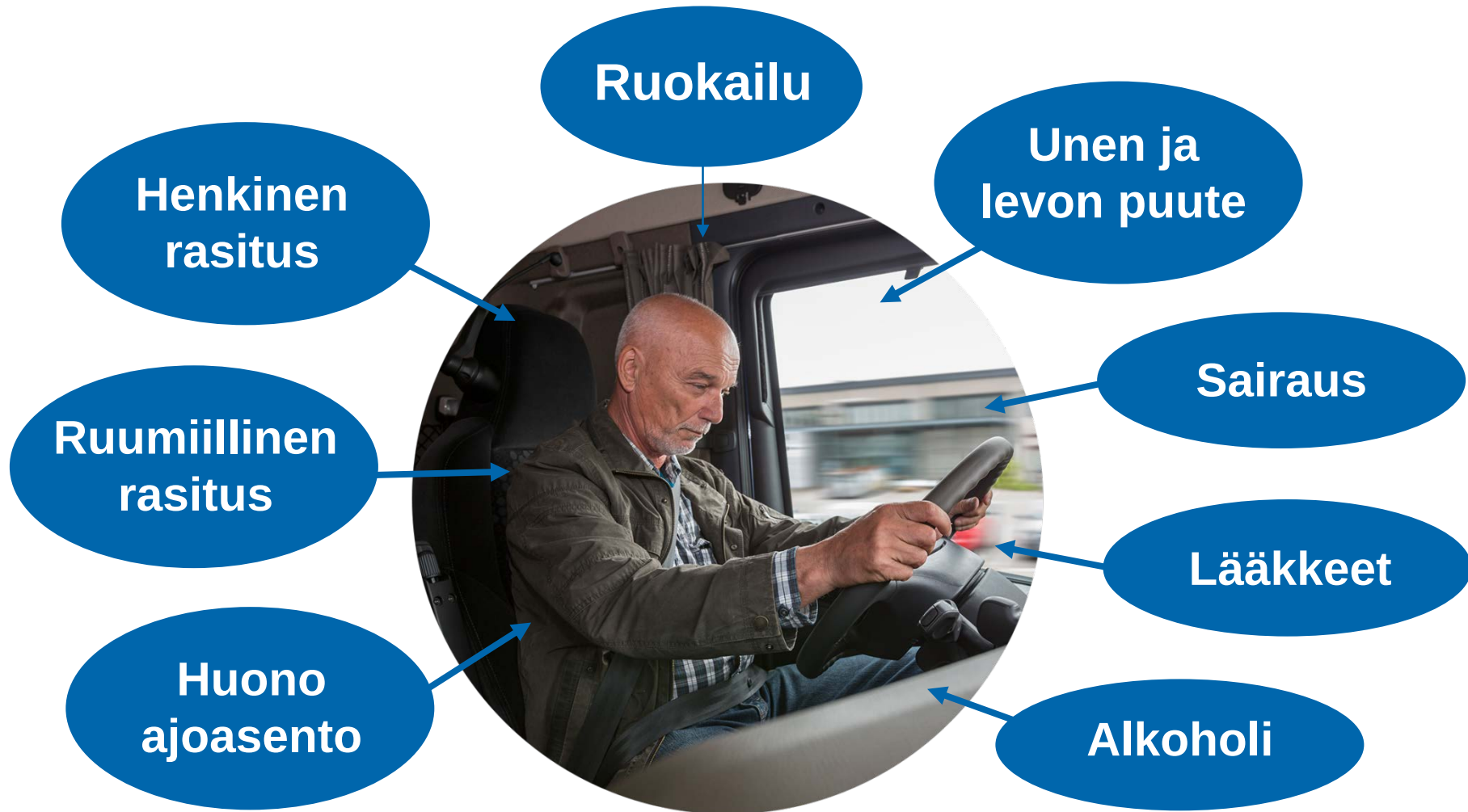
- Voi heikentyä terveydentilan heikentyessä tai sairauksien huonosta hoitotasapainosta.
- Tärkeää on sairauksien hyvä hoito ja lääkitys sekä terveelliset elintavat.



Lääkkeet ja ajokyky

- Varmista, että lääkärisi tietää, mitä lääkkeitä käytät jo.
- Lue huolellisesti pakkausseloste läpi.
- Punainen varoituskolmio on merkki siitä, että tutkimuksissa on tullut esille lääkkeen mahdollisia vaikutuksia ajokykyyn.
- Myös muu lääke voi esimerkiksi väsyttää.
- Kysy tarpeen mukaan neuvoja apteekista tai terveydenhuollosta.
- Tarkkaile tuntemuksiasi erityisesti lääkehoidon alussa.
- Lääkkeiden ja alkoholin yhteisvaikutukset voivat yllättää.
- Käytä lääkkeitä lääkärin ohjeen mukaan. Myös lääkkeen ottamatta jättäminen voi haitata turvallista ajamista.

Mitkä tekijät aiheuttavat väsymystä?



Väsymyksen asteet

- kuinka väsyneenä olet itse ajanut?
- miksi?
- pitkä valvominen
- aamuyöllä ajaminen
- iltapäivällä raskaan lounaan jälkeen ajaminen



Käytettyjä keinoja virkistymiseen tai hereillä pysymiseen (kaikenikäiset autoilijat)



Lähde: Kantar TNS ja Liikenneturva 2017

Hyödynnä tauot!

- Pientä liikuntaa
- Kevyttä syötävää
- Kahvia
- Lepohetki

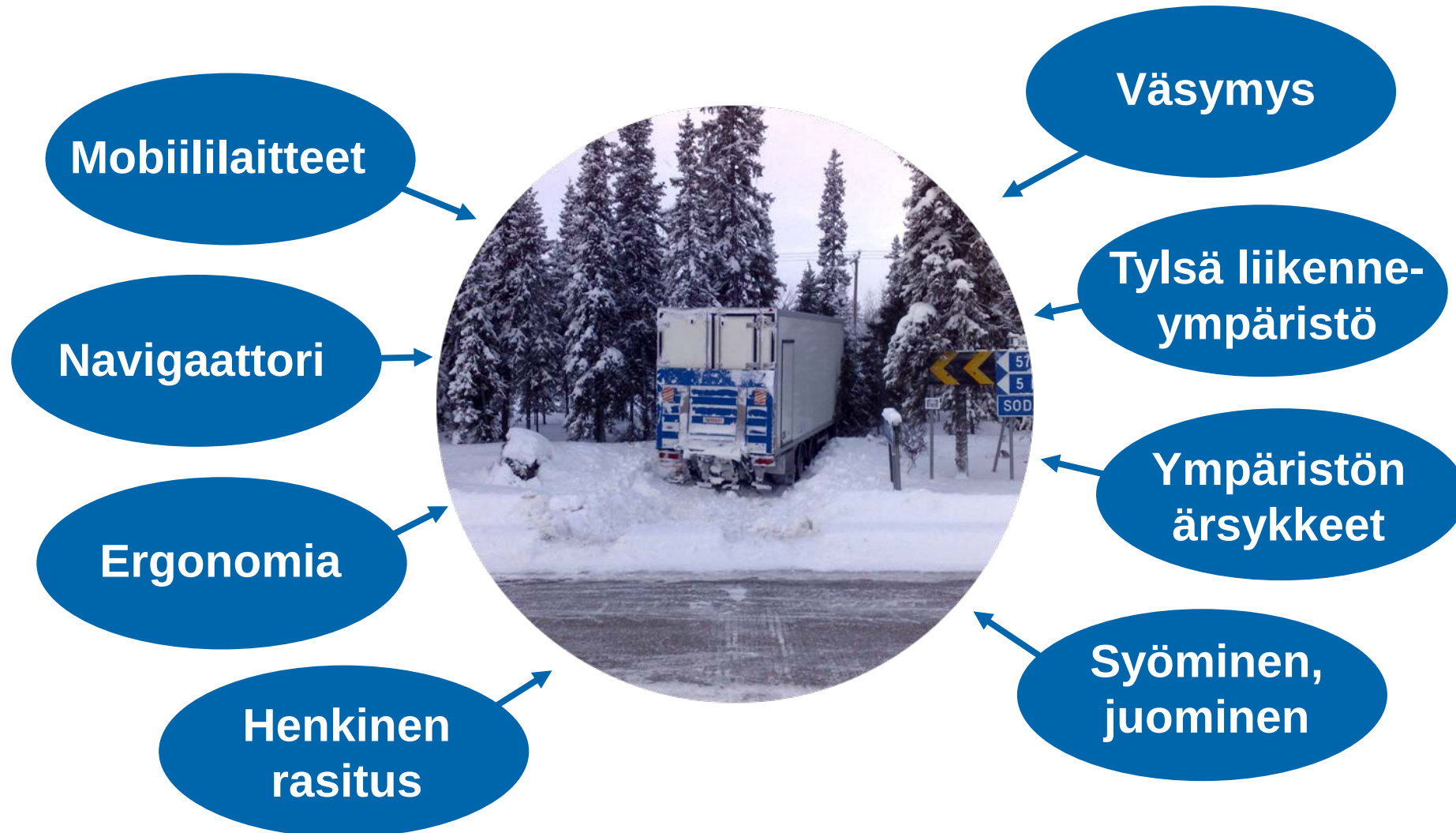


Tarkkaavaisuus tärkeää

Aivot eivät multitaskaa



Mitkä tekijät aiheuttavat tarkkaamattomuutta?





Viestintälaitteiden käytöllä visuaalinen, manuaalinen ja kognitiivinen kuorma

Ketjureaktio

Informaation havaitseminen

Vaarojen tunnistaminen häiriintyy

Päätöksenteko viivästyy

Reaktio lähtee myöhemmin

Tulkintavirheet - korjausliikkeet tehdään usein
väärään suuntaan

Lisää siten riskiä läheltä piti - tilanteisiin ja
onnettomuuksiin

Päihteet raskaan liikenteen onnettomuuksissa

	Vuosi					(ennakkotietoja)	
	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Kuorma-auton kuljettajia yhteensä,	429	374	397	374	362	365	350
joista onnettomuudessa kuolleita	6	3	4	3	7	3	3
loukkaantuneita	94	96	91	88	66	64	78
ei henkilövahinkoa	329	275	302	283	289	298	269
rattijuopumusonnettomuuksissa	31	32	34	33	25	17	13
itse rattijuoppoina	5	5	8	3	5	3	3
joista ammattiliikenteessä	2	0	2	1	3	0	1

Vastuun/vastuullisuuden jakautuminen kuljetuksissa

- ❖ Taloudellinen vastuullisuus
- ❖ Sosiaalinen vastuullisuus
(**Turvallisuus**)
- ❖ Ympäristövastuullisuus

Lainsäädäntö



Työnjohto
Laatujärjestelmät
Vastuullisuusmalli
Työterveyshuolto jne.

Ammattitaito,
Koulutus,
Työkyvyn ylläpito

Tilaaja/
asiakas

Logistiikka-
palvelu

Kuljetusyritys

Kuljettaja

Kuljettajan ajoonlähtötarkastus



Oman ajokunnon huoltaminen

Matkan aikana

- Keskity liikenteeseen.
- Älä provosoidu.
- Pää selvänä, kunto kohdillaan.
- Virkisty tauoilla.

Muulloin

- Pidä huolta jaksamisestasi ja kunnostasi kohtuullisilla elintavoilla.
- Pohdi etukäteen miten toimit, jos ajokuntosi on heikko.

• **Hyvää matkaa!**