

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Niewyspani młodzi ludzie, czyli większe ryzyko wypadku

Zbyt mała ilość snu zwiększa ryzyko wypadku samochodowego wśród młodych kierowców - potwierdza nowe badanie, opisanie w magazynie "JAMA Pediatrics"

Kierowcy w wieku 17-24 lat, którzy deklarowali, że śpią w nocy po sześć godzin i krócej, mieli na przestrzeni dwóch lat o 20 proc. większą szansę uczestnictwa w wypadku samochodowym niż ci, którzy spali dłużej.



Wypadki wśród osób pozbawionych większej ilości snu zdarzały się najczęściej między godz. 20 a 8.

Zależności pozostawały podobne, kiedy badacze wzięli pod uwagę czynniki, które wpływają na prawdopodobieństwo wypadku, np. wiek, liczbę godzin spędzonych za kierownicą w tygodniu, niebezpieczne zachowania za kółkiem (m.in. przekraczanie prędkości) i historię wypadków drogowych.

Ograniczona ilość snu to znany czynnik ryzyka, jeśli chodzi o wypadki drogowe. Szacuje się, że senni kierowcy są odpowiedzialni za 20 proc. wszystkich wypadków samochodowych w Stanach Zjednoczonych. Jednak większość badań nie skupiała się na młodych ludziach.

W nowym badaniu wzięto pod uwagę 19 tys. świeżo upieczonych australijskich kierowców, których pytano m.in. o zwyczaje związane z nocnym odpoczynkiem. Potem badacze śledzili ich losy przed dwa lata.

Wnioski z badania mogą pomóc w zapobieganiu wypadkom powodowanym małą ilością snu, poprzez zwiększanie świadomości wśród kierowców.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/17918.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego

[Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

[Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

[Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

[Świąteczna apteczka](#)

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

[Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

[Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy