



วิธีการป้องกันอันตรายจากการ เมา ง่วง โทร แล้วขับ

1. หากพบว่าตนเองเมา ควรที่จะหยุดรถเพื่อนอนข้างทางหรือ ถ้าไปกับเพื่อนก็ให้เพื่อนที่มีสติขับรถให้
2. หากพบว่าตนเอง มีอาการ ง่วงนอน ไม่ควรที่จะฝืนขับต่อไป ควรที่จะจอดรถนอนสักพักก่อนหาเครื่องดื่มเพื่อให้ตนเองรู้สึกสดชื่นขึ้น เพราะความมั่นใจของเราเพียงคนเดียวก็อาจจะทำให้ผู้อื่นเกิดการสูญเสียไปด้วย
3. หากมีความจำเป็นที่จะต้องใช้โทรศัพท์ขณะขับรถ ควรจะหาอุปกรณ์เสริมเช่น หูฟัง บลูทูธ หรือจอดรถเพื่อคุยธุระให้เรียบร้อยก่อน

ดื่มแล้วขับ : เมื่อแอลกอฮอล์ออกฤทธิ์จะมีผลต่อร่างกายในขณะที่ขับชี่ โดยทำให้

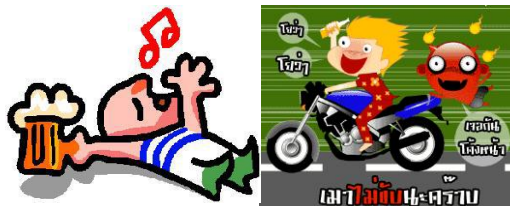
- ความสามารถในการตัดสินใจช้าลง
- ปฏิบัติการตอบสนองช้าลง
- การมองเห็นในเวลากลางคืนลดลง

- ความสามารถในการบังคับการเคลื่อนไหวของอุปกรณ์และร่างกายลดลง
- ความสนใจต่อเหตุการณ์เบื้องหน้าน้อยลง

**กฎหมายห้ามผู้ขับขี่มีปริมาณแอลกอฮอล์
ในเลือด
เกิน 50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์**

ง่วงอย่าขับ : ถ้าเกิดความเหนื่อยล้า ขอให้พักรถตามจุดแวะพักค้าง รวมทั้งป้อมยาม จุดตรวจเส้นทางหลักทุกสาย ซึ่งจะมีบริการน้ำดื่ม ผ้าเย็น ความง่วงจากการนอนไม่เพียงพอมีผลต่อสมรรถภาพในการขับรถเหมือนการเมา ทำให้ประสาทมึนฝึสทุกอย่างช้าลง
สมองตื้อ การสังการของสมองไปยังกล้ามเนื้อช้าลง หากเกิดเหตุการณ์คับขันจะตะแบกรกช้ากว่าปกติ หักหลบหนีได้ช้า

**ผู้ที่รู้ตัวว่าว่างหรือเมาไม่ควรขับรถ
ต้องให้ความสำคัญกับการนอนหลับ
อย่างเพียงพอ อย่าฝืนร่างกายให้ทำงาน**



การโทรศัพท์มือถือในขณะที่ขับรถ
นั้นจะทำให้ความสนใจและการ ตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นในการขับรถลดลง เช่น การใช้โทรศัพท์มือถือในขณะที่ขับรถจะไม่เห็นป้ายสัญญาณ ไม่เห็นไฟจราจร ระยะการเบรกลดลง ความสามารถ ที่ลดลงนี้ เทียบได้กับคนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับ 80 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์

ขับชี่ปลอดภัย กับมาตรการ 3ม2ข1ร

3ม 2ข 1ร

ขที่1 ใบขับขี่ ต้องมีใบอนุญาตขับชี่ก็เพื่อที่จะให้ **มีความรู้ในการขับชี่ที่ถูกต้อง** มีความปลอดภัยต่อตนเองและผู้อื่น

(ความผิด : ขับชี่รถไม่มีใบอนุญาต โทษปรับไม่เกิน 1,000 บาท)

ขที่2 รััดเข็มขัดนิรภัย

การรััดเข็มขัดนิรภัย สามารถช่วยลดความรุนแรงจากการบาดเจ็บ

(ความผิด : ขับรถไม่คาดเข็มขัดนิรภัย อัตราโทษปรับไม่เกิน 500 บาท)



คาดเข็มขัดนิรภัยทุกที่นั่ง

รที่1 ขับรถเร็ว

การขับซึ่รถด้วยความเร็วสูงทำให้ความสามารถในการทรงตัวของรถน้อยลงระยะเวลาในการตัดสินใจจะน้อยลงและความรุนแรงของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นจะสัมพันธ์กับความเร็วของรถ

(ความผิด: ขับรถเร็วเกินกว่าที่กฎหมายกำหนด อัตราโทษปรับไม่เกิน 1,000 บาท)

3ม2ข1ร

มที่1 เมามาไม่ขับ

สุรา มีฤทธิ์ต่อการทำงานของระบบประสาททำให้การทำงานของร่างกายช้าลง จึงทำให้ความสามารถในการขับซึ่ลดลง

(ความผิด: ขับรถในขณะที่เมาสุราอัตราโทษจำคุกไม่เกิน3เดือน ปรับตั้งแต่2,000-10,000 บาทหรือทั้งจำทั้งปรับ)

มที่2 สวมหมวกนิรภัย

การที่ผู้ขับซึ่รถจักรยานยนต์สวมหมวกนิรภัยที่ได้มาตรฐานและถูกวิธีจะช่วยลดการบาดเจ็บที่ศีรษะ ได้มากกว่าผู้ที่ไม่สวมถึง 5 เท่า

(ความผิด: ขับซึ่รถจักรยานยนต์/ผู้ซ้อนท้ายไม่สวมหมวกนิรภัย อัตราโทษปรับไม่เกิน 500 บาท)



มที่3 มอเตอร์ไซค์ปลอดภัย

การที่นำรถที่มีสภาพมั่นคงแข็งแรงมีอุปกรณ์ต่างๆสมบูรณ์ครบถ้วนมาใช้ในทางจะทำให้เกิดอุบัติเหตุลดลงได้อีกทางหนึ่ง

(ความผิด: นำรถที่มีส่วนควบและมีเครื่องอุปกรณ์สำหรับรถไม่ครบถ้วนมาใช้ในทางอัตราโทษปรับไม่เกิน 1,000 บาท)



หมายเลขโทรศัพท์ สายด่วน เหตุฉุกเฉิน

- 191 ตำรวจ
- 1669 ศูนย์เรนทร อุบัติเหตุ
- 1196 อุบัติเหตุทางน้ำ
- 1193 ตำรวจทางหลวง
- 1188 อายัด บัตรATM/บัตรเครดิต

7 วันอันตราย !!!

ชีวิตวิถีใหม่

ขับซึ่อย่างปลอดภัย

รู้อุบัติเหตุ



ด้วยความปรารถนาดีจาก
งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

เทศบาลตำบลแม่ไร่

อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

โทร.053 763 105 สายตรง
(ตลอด 24 ชั่วโมง)

www.maerai.go.th