

Η εβδομάδα τελείωσε και ήρθε το Σάββατο. Όλοι ετοιμάζονται να βγουν έξω για να διασκεδάσουν. Αυτή η βραδιά πάντα ξεκινά με τις καλύτερες προθέσεις. Όλοι θέλουν να περάσουν όμορφα να γελάσουν να γνωρίσουν νέους ανθρώπους. Όμως κάθε Σάββατο βράδυ δεν έχει για όλους μας την ίδια ευχάριστη τροπή.

Είναι ζήτημα δευτερολέπτων αυτή η όμορφη βραδιά να καταστραφεί και να δημιουργήσει τεράστιο πόνο. Δεν θέλει πολύ για να χάσεις τον έλεγχο του οχήματος σου, μόνο λίγα δευτερόλεπτα να αφαιρεθείς και όλα τέλειωσαν, μια λάθος απόφαση και όλα τέλειωσαν για εσένα, για τους συνεπιβάτες σου και για τους άλλους χρήστες του δρόμου. Είναι απαραίτητο να τονίσω ότι τα σαββατόβραδα τα ατυχήματα είναι συχνότερα. Αυτό οφείλετε στη κατανάλωση αλκοόλ:

Το αλκοόλ είναι ο βασικότερος παράγοντας που ευθύνεται για τα τροχαία δυστυχήματα. Η κατανάλωση του μας βοηθά να ξεχάσουμε τα προβλήματα μας και μας φέρνει σε μια κατάσταση ευφορίας. Όμως αυτό δεν έρχεται έτσι απλά έχει κι ένα αντίτιμο. Το αντίτιμο είναι:

- **Η ψευδής αίσθηση της αυτοπεποίθησης**: Τι σημαίνει όμως αυτό; Αυτό σημαίνει ότι πέφτουν οι αναστολές και οι φόβοι μας γίνονται αδύναμοι. Η κρίση μας θολώνει και δεν εκτιμά με την απόλυτη σοβαρότητα και ωριμότητα τις καταστάσεις. Νομίζουμε ότι είμαστε αλάνθαστοι και αήττητοι αυτό όμως δεν ισχύει. Νομίζουμε ότι είμαστε οι καλύτεροι οδηγοί αυτό όμως δεν ισχύει. Ο καλός οδηγός είναι αυτός που δεν πίνει.

- **Περιορισμός του πεδίου ορατότητας**: Όσο πίνουμε τόσο περισσότερο παθαίνουμε φωτοευαισθησία και μας ενοχλούν τα φώτα με αποτέλεσμα να κλείνουμε τα μάτια μας επίσης μικραίνει η γωνία του πεδίου ορατότητας μας. Δηλαδή η περιφερειακή μας όραση θολώνει και δεν αντιλαμβανόμαστε το ίδιο εύκολα κάποια πράγμα από τις πιο απλές κινήσεις μέχρι και ένα αυτοκίνητο ή μια μηχανή που μας προσπερνά.

- **Μειωμένος συντονισμός**: είναι γεγονός ότι μετά την κατανάλωση αλκοόλ είναι συχνό φαινόμενο να χάνουμε τον έλεγχο των κινήσεων μας. Δεν μπορούμε να κάνουμε κινήσεις με την ίδια ακρίβεια που κάνουμε χωρίς το αλκοόλ. Επίσης δεν συγχρονίζουμε εύκολα τις κινήσεις των ποδιών μας με τις κινήσεις το χεριών μας αυτό είναι χαρακτηριστικό βασικό στην οδήγηση.

- **Υπνηλία**: μετά την κατανάλωση αλκοόλ ο οργανισμός μας πέφτει και αρχίζουμε να νοιώθουμε τη σωματική μας κούραση να γίνεται όλο και πιο έντονη.

-