



IRTAD-Conference

Marrakech, 11<sup>th</sup> -12<sup>th</sup> October 2017

# Fatigue and sleepiness in road traffic – a major contributory factor for accidents

**VISION ZERO.**  
Keiner kommt um. Alle kommen an.

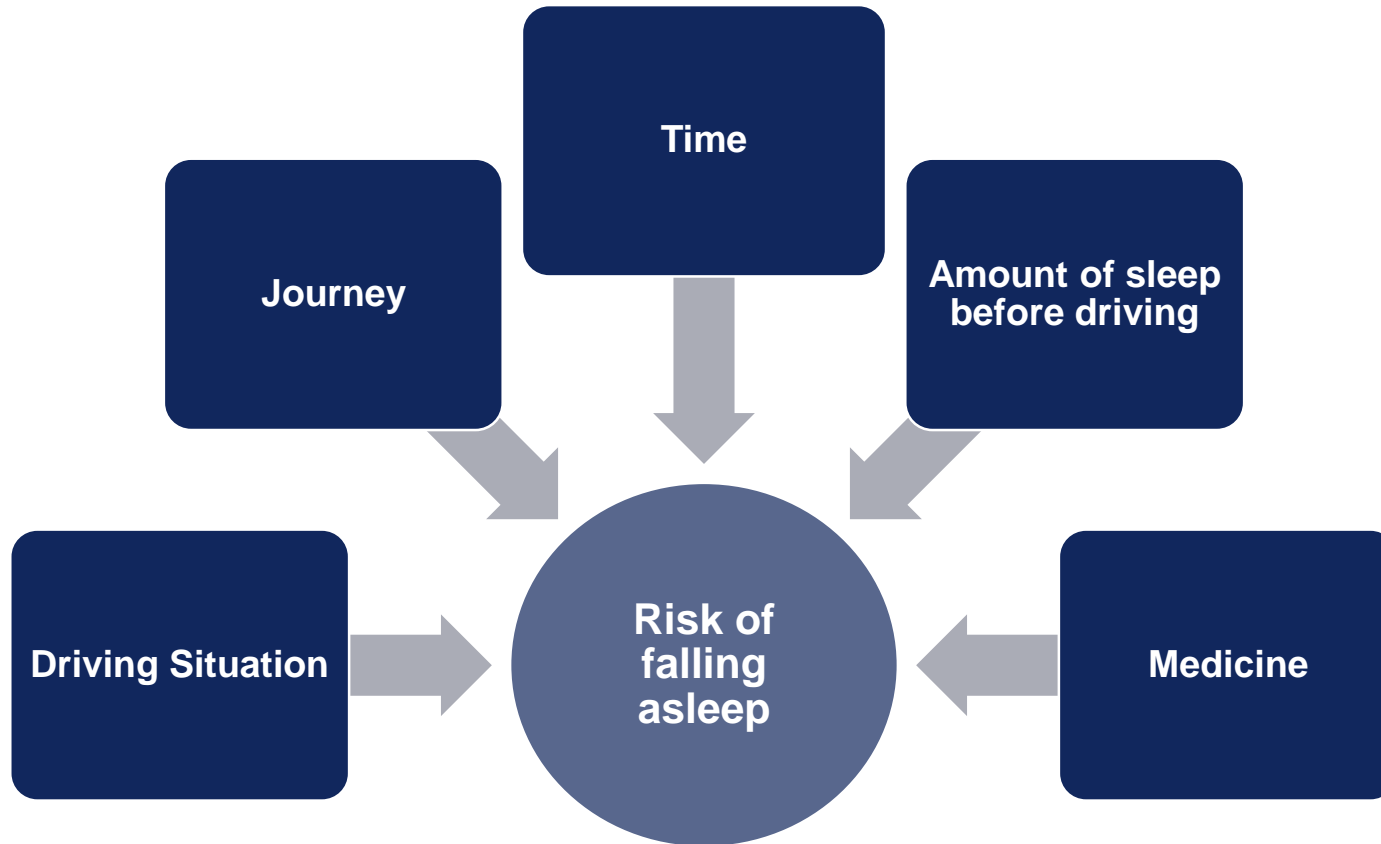
# Content

- Fatigue in traffic: a hidden risk
- Results of the survey among IRTAD members
- Survey among German drivers
- The campaign

# Effects of fatigue

- Similar as alcohol:
  - 17 hours without sleep = reaction as having 0,5 BAC
  - 22 hours without sleep = reaction as having 1,0 BAC
- The concentration is reduced, the risk awareness and the reaction is diminished; falling asleep suddenly is very possible
- The risk of falling asleep is compared to 7 hours of sleep:
  - reduced by 4.3 times when sleeping only 4 to 5 hours and
  - reduced by 11.5 times when sleeping less than 4 hours

# Factors influencing fatigue



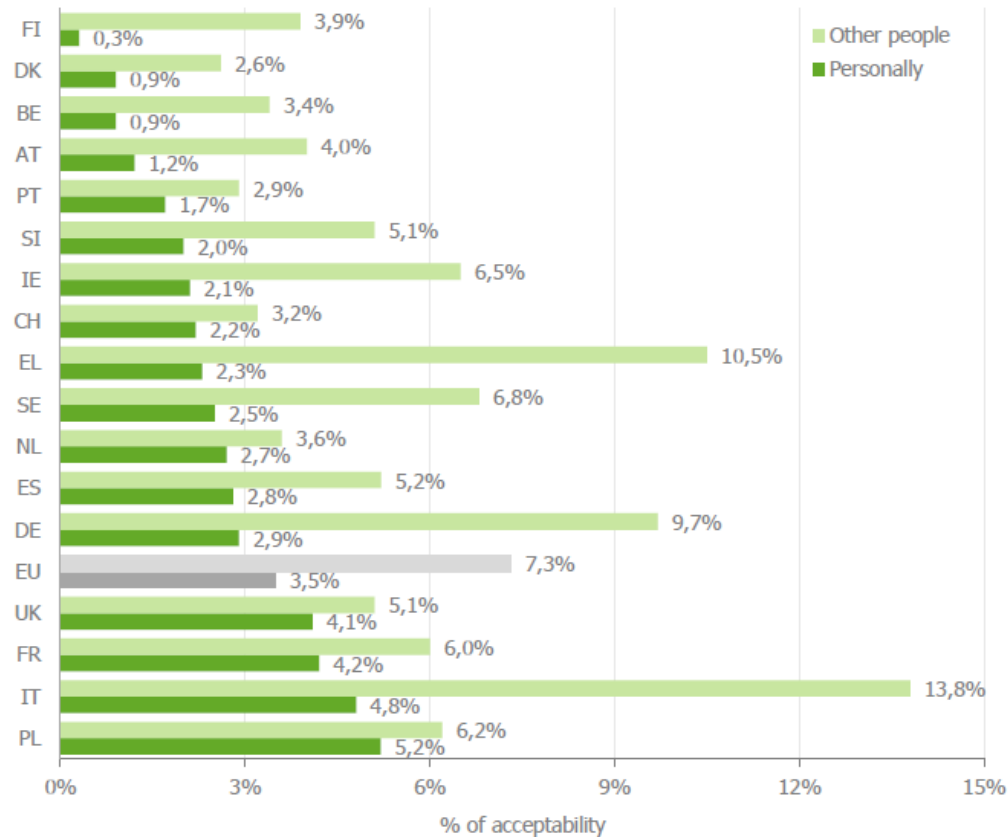
Source: Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin / Europäische Schlafgesellschaft (...) Weeß (2016)



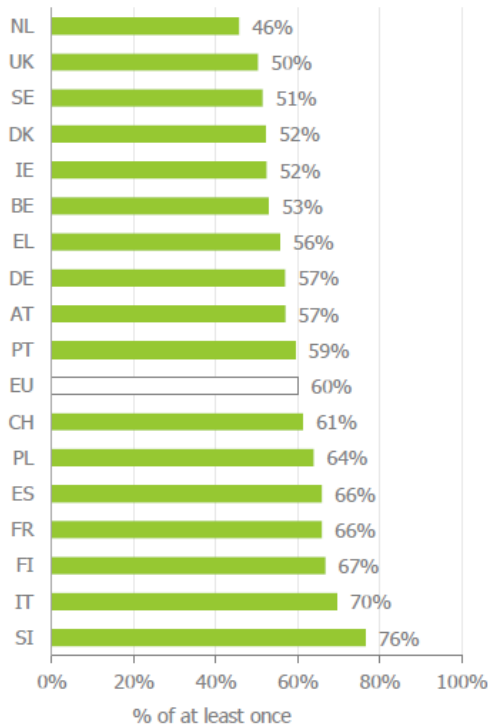
## **Distraction and fatigue**

ESRA thematic report no. 3

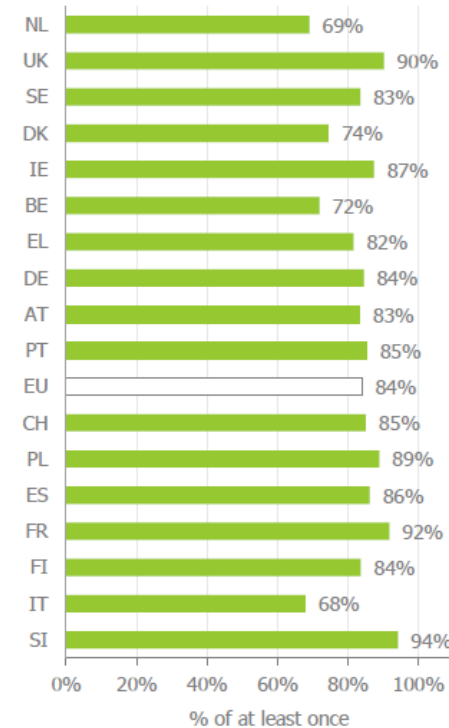
# Acceptability of driving when people are sleepy



# Self-declared (unsafe) behaviours in traffic: fatigue



too tired to drive



stop and take a break

# Attitudes towards unsafe traffic behaviours by country

	Even if I feel sleepy while driving a car, I will continue to drive	When I feel sleepy, I should not drive a car	If I feel sleepy while driving, then the risk of being in an accident increases
AT	12%	85%	85%
BE	11%	84%	87%
CH	12%	87%	87%
DE	13%	81%	83%
DK	18%	83%	87%
EL	13%	89%	88%
ES	11%	85%	87%
FI	10%	87%	94%
FR	15%	75%	81%
IE	12%	83%	86%
IT	12%	94%	91%
NL	10%	78%	81%
PL	9%	87%	86%
PT	12%	91%	93%
SE	12%	82%	82%
SI	14%	82%	87%
UK	13%	82%	83%
EU	12%	84%	85%

Notes: (1) % of agreement: scores 4 and 5 on a 5-point scale from 1 'disagree' to 5 'agree'. (2) Countries based on individual country weight, Europe based on European weight B. (3) The two countries with best rates are indicated in green, the two countries with worst rates in yellow.





# Survey among IRTAD-Members

Answers were received from:

- Austria
- Belgium
- Chile
- Finland
- France
- Greece
- Ireland
- Italy
- Japan
- Netherlands
- New Zealand
- Poland
- Portugal
- Serbia
- Spain
- Sweden
- Switzerland
- United Kingdom
- United States

# Survey among IRTAD-Members

**Is fatigue / drowsiness mentioned as a cause of accident in the police accident report form?**

As a **cause of accident:**

Austria, Chile, France, Germany, Italy, Japan, Poland, Switzerland

As a **contributory factor:**

Belgium, Ireland, New Zealand, Portugal, Serbia, Spain, Sweden, UK, USA

Through in-depth-investigation: Finland

**No:** Netherlands, Greece



# Survey among IRTAD-Members

Are there studies on this topic in your country?

Austria	X
Belgium	X
Chile	
Finland	X
France	X
Greece	
Hungary	
Ireland	
Italy	X
Japan	X

Netherlands	
New Zealand	
Poland	
Portugal	
Serbia	X
Spain	
Sweden	X
Switzerland	X
United Kingdom	X
United States	X

# Survey among IRTAD-Members

Is there a campaign / measure tackling fatigue in road traffic?

Austria	X
Belgium	X
Chile	X
Finland	
France	X
Greece	
Hungary	
Ireland	X
Italy	X
Japan	X

Netherlands	
New Zealand	X
Poland	
Portugal	
Serbia	X
Spain	X
Sweden	
Switzerland	X
United Kingdom	X
United States	X

# Results from the Germany survey

## Car drivers know the signs

A survey with 1.000 car drivers undertaken by TNS-Emnid on behalf of DVR in October 2016 revealed that :

**41 %** often have to yawn

**40 %** must often blink with the eyes

**24 %** could not concentrate enough while driving, because their minds wander

# Car drivers underestimate the danger

**26 %** felt asleep at least one time

**6 %** of them did it often



# Car drivers overestimate their skills

**45 %** believe, they could compensate fatigue with experience

**43 %** are convinced to be able to foresee the moment of falling asleep

**17 %** continue driving in spite of fatigue

# Car drivers bet on the wrong horse

60 % open the window



38 % drink coffee beverages

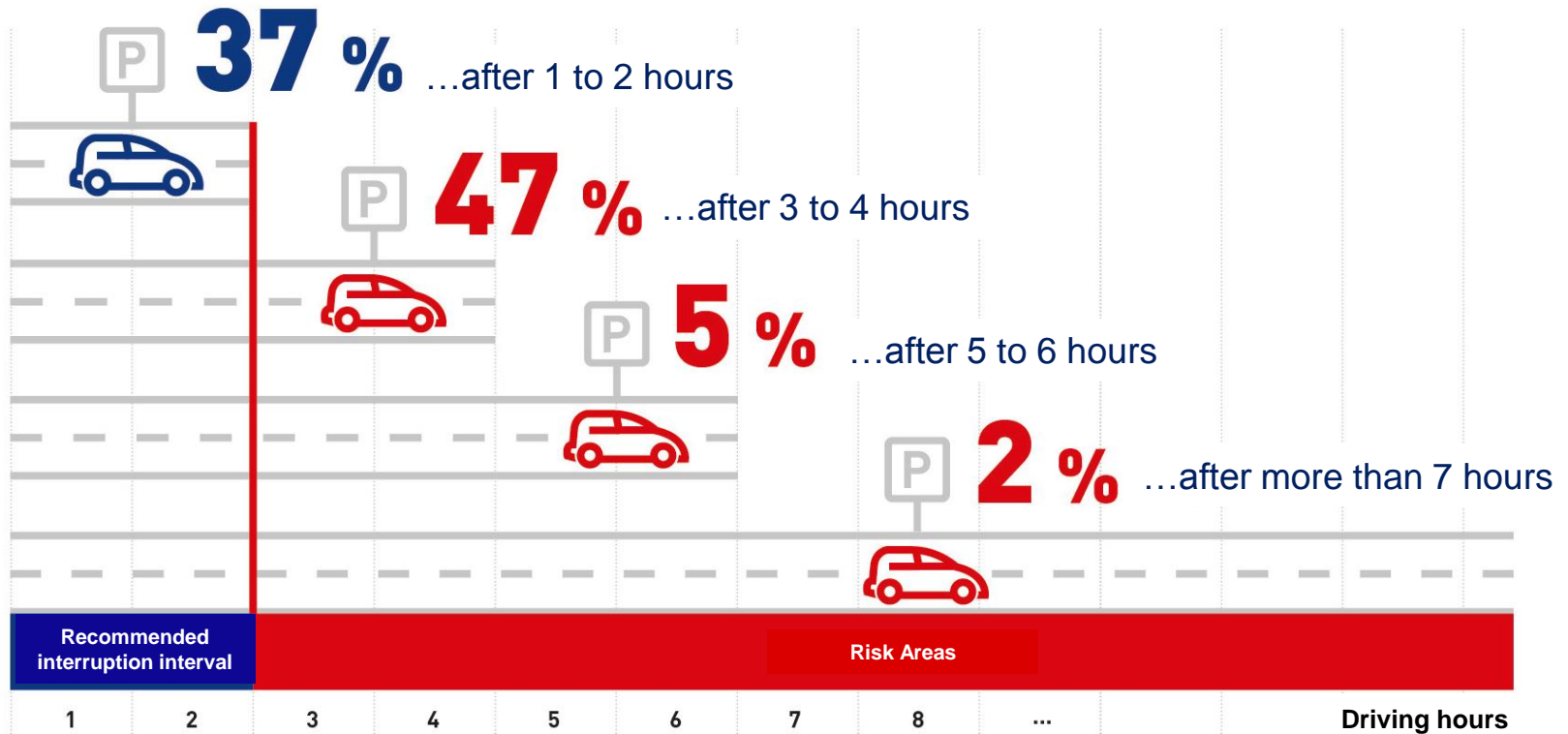


30 % put the music louder





# Car drivers make a break too late





# Vorsicht Sekundenschlaf!

Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer.

Everyone can feel fatigated!



# Take care of a sudden sleep!

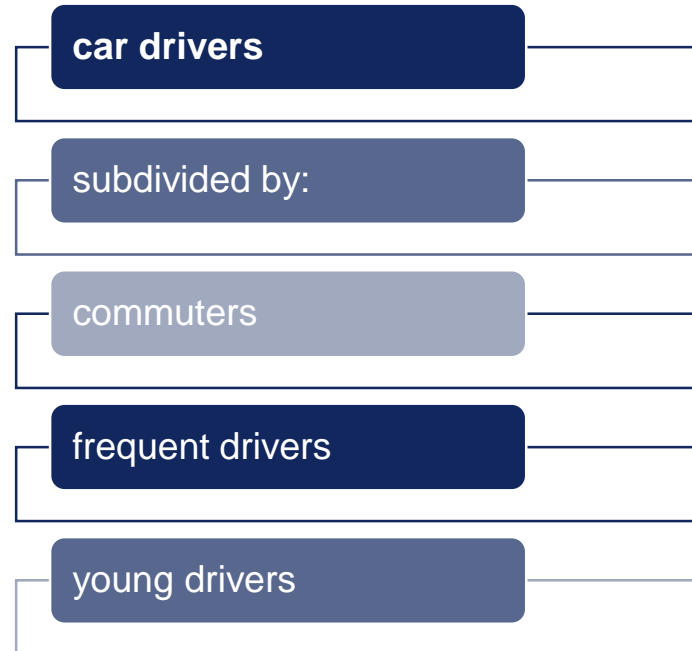
The campaign against fatigue in traffic.

# Target & Target Groups

## Targets:

- Awareness raising about the risks of fatigue in traffic.
- Reduction of accidents caused by fatigue.
- The targets should be achieved by showing preventive and immediate measures.

## Target Groups:



# Materials of the campaign

leaflet (DIN-A6)




advertisement (DIN-A5)

**Müdigkeit am Steuer kann tödlich enden.**



Ausreichend Schlaf vor Fahrtantritt ist aus diesem Grund das A und O. Wer erste Anzeichen wie häufiges Gähnen oder schwere Lider verspürt, sollte eine Pause machen und entweder für zehn bis 20, maximal 30 Minuten schlafen oder an der frischen Luft durch Bewegung den Kreislauf in Schwung bringen.

Mehr zur Kampagne unter:  
[www.dvr.de/vorsicht-sekundenschlaf](http://www.dvr.de/vorsicht-sekundenschlaf)



**Vorsicht Sekundenschlaf!**  
Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer.

---

 Deutscher Verkehrssicherheitsrat  Caribbean Road 

wallpaper/poster(DIN-A0)



**Vorsicht Sekundenschlaf!**  
Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer.

Ausreichend Schlaf vor Fahrtantritt ist das A und O.  
Gegen akute Müdigkeit helfen regelmäßige Pausen mit:

**Kurzschlaf oder Bewegung.**



Mehr zur Kampagne unter: [www.dvr.de/vorsicht-sekundenschlaf](http://www.dvr.de/vorsicht-sekundenschlaf)

---

 Deutscher Verkehrssicherheitsrat  Caribbean Road 

**StN.DE** STUTTGARTER NACHRICHTEN  
Stuttgart (Doo) 7°C  
Baden-Württemberg | Politik | Regional | Sport | Kultur | Wirtschaft | Umwelt | Sonstiges

**Denkendorf: Viele setzen sich müde ans Steuer**  
Von Philipp Brattinger 11. Dezember 2016, 06:00 Uhr

Die bundesweite Aktion „Vorsicht Sekundenschlaf“ klärt Autofahrer an der Raststätte der A 8 über die Gefahren des Döses an Steuer. Gleichzeitig gibt es Tipps, wie man müde sein vermeiden kann.

Denkendorf - Viele Menschen unterschätzen die Gefahr von Müdigkeit am Steuer.

**Gegen Sekundenschlaf hilft nur eine Pause**  
Bundesweite Aufklärungskampagne des Verkehrssicherheitsrats zu Übermüdung am Steuer

**SIGURD:** Ludwig Häfermann hat ein Problem: Er ist müde. Seit er den Beruf des Taxifahrers aufgenommen hat, muss er oft lange Stunden am Steuer sitzen. Das ist für ihn gefährlich, weil er sich nicht konzentrieren kann. Er hat schon mehrere Unfälle erlebt. Er hat sich entschlossen, eine Pause zu machen. Er hat sich einen Tag freigegeben und ist ins Bett gegangen. Am nächsten Morgen ist er wieder fit und kann seinen Job machen.

**Verkehrssicherheitsrat (DVR):** Müdigkeit wirkt nach DVR-Angebot ähnlich wie Alkohol - unter anderem lassen Konzentration und Reaktionsvermögen deutlich nach. Wer nur für drei Sekunden einnickt, legt bei Tempo 100 etwa 83 Meter in Blindflug zurück. TNS Emnid hatte insgesamt 3000 Autofahrer nach ihren Erfahrungen im Straßenverkehr befragt.

**Sächsische Zeitung**  
SZ-ONLINE.DE

Start | Sachsen | Nur mal kurz weggenickt

**Wirtschaftspsychologie**  
Fernstudium "Wirtschaft mit Bachelor Abschluss"

Montag, 12.12.2016

**Nur mal kurz weggenickt**  
Wie eine Kampagne an der Autobahnraststätte aufklärt und oft die Falschen trifft.

Von Karin Großmann

Das ist wirklich schlimm: Vier Prozent aller Unfälle auf deutschen Straßen passieren, weil die Fahrer zu müde sind. Sie müssen unentwegt gähnen und die Welt sieht aus wie im Tunnel. Dann nicken manche Fahrer Autofahrer oder hören laute Musik. Sie das hilft.

Das wissen die Jur Leute an der Aut raststätte Dresden besser. Kurz nachdem sie auf dem Kofferraum des Autos ein Schild mit dem Text "Vorsicht Sekundenschlaf" aufhängen, wird es von einem Mitarbeiter der Aktion gegen Müdigkeit am Steuer entfernt. Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer ist eine Initiative des Verkehrssicherheitsrats (DVR) in Bonn. Die Aktion gegen Müdigkeit am Steuer ist eine Initiative des Verkehrssicherheitsrats (DVR) in Bonn.

**General-Anzeiger**  
Bonn 7°C  
HOME | BONN REGION | NEWS | SPORT | BESSER LEBEN | WETTER | WEHNACHTSLICHT

**Verpassen Sie nicht unseren heutigen Schnapp des Tages!**

**Im Blindflug über die Straßen**  
Aufklärungskampagne über Müdigkeit am Steuer

VON PAUL KIERAS

**SIGURD:** Jeder hat das schon einmal erlebt: Man fährt auf der Autobahn, die Augen werden schwer und die letzten Gedanken kreieren sind kaum noch in Erinnerung. Später stellt man sich vor, was man in der Zwischenzeit gemacht hat. Der Fahrer wird schwer und die letzten Gedanken kreieren sind kaum noch in Erinnerung. Später stellt man sich vor, was man in der Zwischenzeit gemacht hat.

**Im Blindflug über die Straßen**  
Sicherheit im Verkehr

Über die Gefahren von Sekundenschlaf am Steuer informiert Sandra Bernath zusammen. FOTO: JONAS

**Mittelfranken**  
Kampagne informiert über Müdigkeit am Steuer

Verkehrssicherheitsrat (DVR) klärt Autofahrer über die Gefahren von Müdigkeit am Steuer auf. An Raststätten werden Autofahrer informiert - darunter auch die Fahrerinnen.

**Motorzeitung**  
Sonderausgabe: Vorsicht Sekundenschlaf

**URG Sekundenschlaf am Steuer**  
Aufklärungskampagne für Autofahrer zum Sekundenschlaf

**Müdigkeit am Steuer**  
JEDER VIERTE schon eingeknickt

Etwa jeder vierte Autofahrer in Deutschland ist einer Umfrage zufolge schon mindestens einmal vor Müdigkeit am Steuer kurz eingeschlafen.

20 Prozent der vom Marktforschungsinstitut TNS Emnid Befragten sagten, dies sei ihnen schon einmal passiert. Weitere sechs Prozent gaben an, sie seien schon häufiger eingeknickt. Auftraggeber der Umfrage war der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) in Bonn. Müdigkeit wirkt sich nach DVR-Angaben ähnlich aus wie Alkohol - unter anderem lassen Konzentration und Reaktionsvermögen deutlich nach.

**Vorsicht: Sekundenschlaf**

Etwa jeder vierte Autofahrer in Deutschland ist einer Umfrage zufolge schon mindestens einmal vor Müdigkeit am Steuer kurz eingeschlafen. 20 Prozent der vom Marktforschungsinstitut TNS Emnid Befragten sagten, dies sei ihnen schon einmal passiert. Weitere sechs Prozent gaben an, sie seien schon häufiger eingeknickt. Auftraggeber der Umfrage war der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) in Bonn.

**DVR** Deutscher Verkehrssicherheitsrat

**Press/media activities**

**Radio and Online communication**

**Thank you very much  
for your attention!**

**[jlacroix@dvr.de](mailto:jlacroix@dvr.de)**