

Ratgeber: Nur keine Eile zu Weihnachten

Die Deutsche Verkehrswacht (DVW) rät allen Autofahrern, in den nächsten Tagen bei einem langen Anreiseweg die Fahrt genau zu planen und Übermüdung und Eile zu vermeiden. Automobilclubs erwarten ab heute starken Weihnachtsverkehr. Es ist daher ratsam, sich auf eine anstrengende Fahrt einzustellen, möglicherweise mit Stau und zähfließendem Verkehr. Hilfreich in solchen Fällen sind oftmals ein Thermoskanne mit warmem Tee und ein paar Snacks gegen den kleinen Hunger oder Knabbereien gegen Langeweile und aufkeimende schlechte Laune.

Wer auf den letzten Drücker und in Eile fährt, begeht eher Fahrfehler und ist schneller genervt vom Verhalten anderer Verkehrsteilnehmer, mahnt die DVW. Während der Fahrt sollten Autofahrer spätestens alle zwei Stunden eine Pause einlegen und sich etwas bewegen. Dies fördert die Konzentration. Insbesondere Kindern fällt das stundenlange Ruhigsitzen schwer; sie freuen sich über die Auszeit und sind anschließend zufriedenerer Mitfahrer.

Neben Stress wirkt sich auch Übermüdung negativ auf die Konzentration im Straßenverkehr aus. Durch die letzten Weihnachtsvorbereitungen und die frühe Dunkelheit fühlen sich viele Menschen entkräftet – wer dann ins Auto steigt, ist mitunter unkonzentriert und reagiert langsamer als üblich. Außerdem kann es zu Sekundenschlaf kommen. (ampnet/nic)