

## 花粉症のドライバーは要注意！

日本人の3人に1人は花粉症で、推定の患者数は4000万人ともいわれています。花粉症の症状は仕事や学習能力の低下だけではなく車の運転に対しても大きな影響を及ぼし大変危険です。



## ■花粉症のドライバーは要注意

- 花粉症に悩むドライバーにとって、くしゃみや鼻水などの症状は事故を招きかねない大きな問題です。
- くしゃみは肋骨骨折の原因になるほど大きな衝撃があり、運転中のくしゃみは、ハンドルやアクセル、ブレーキ等の誤操作をする可能性があります。
- くしゃみ1回で0.5秒程度、目をつぶってしまうと仮定すると時速60キロで走行中の場合は1回のくしゃみで8メートル、2、3回連続でくしゃみをした場合は20メートル程度、前方を見ずに走行することになります。
- 2017年4月に花粉症の連続したくしゃみが原因で、運行中の車を対向車線にはみ出させて死亡事故を起こしてしまった被告に対し「速やかに運転を中止しなければならず、過失は軽いとはいえない」とし禁錮3年（執行猶予4年）の有罪判決が下されています。



## ■インペアード・パフォーマンス

- 花粉症の症状を緩和する薬として主に抗ヒスタミン薬が使われています。『第2世代抗ヒスタミン薬』は第1世代の薬に比べかなり改善されましたが、「日中の眠気」「インペアード・パフォーマンス（気づきにくい、集中力や判断力、作業能率の低下）」が起きるものがあります。
- 抗ヒスタミン薬は脳の神経伝達物質として判断力や集中力などにかかわるヒスタミンの働きも抑えてしまうことがあり、眠気を感じない場合でもインペアード・パフォーマンスが起きていることがあります。
- 米国の研究では抗ヒスタミン薬を服用した場合、ウイスキーをシングルで3杯飲んだときと同程度にインペアード・パフォーマンスが起こると報告されていて、37州とワシントンD.C.では抗ヒスタミン薬を服用したときは自動車の運転が法律により禁止されています。

## 花粉症のドライバーの注意事項

- ① 症状が激しい時は運転を避ける！
- ② 車間距離を十分に確保する！
- ③ 速度を抑える！
- ④ 外気から花粉が入らないように空調を内気循環にする！
- ⑤ 眠気の副作用が小さい薬を医師に相談し処方してもらう！



花粉症の薬はアルコールと同様に

&gt;&gt;&gt;&gt;

『飲んだら乗るな！乗るなら飲むな！』