รู้ทัน ป้องกัน ลดเสี่ยง อุบัติเหตุทางถนน

การเตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมขับรถ การตรวจสอบรถให้ใช้งานอย่างปลอดภัย การศึกษาและเลือกใช้เส้นทางที่ปลอดภัย นับเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางถนน

เตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมขับรถ

นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อยวันละ 7 – 8 ชั่วโมง

ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือยาที่มีฤทธิ์กดประสาท เพราะทำให้ประสิทธิภาพในการขับรถลดลง

ตรวจสอบรถพร้อมใช้งาน

- เครื่องยนต์ ระบบเบรก ยางรถยนต์ สัญญาณไฟ อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน
- จัดเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉินไว้ประจำรถ
- ตรวจสอบข้อมูลสภาพเส้นทาง วางแผนและเลือกใช้เส้นทางสำรอง จะช่วยเพิ่มความปลอดภัยในการเดินทาง

เมาไม่ขับ

- ห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วขับรถ เพราะอาจเป็นต้นเหตุของการเกิดอุบัติเหตุทางถนน
- เพิ่มความระมัดระวังในการขับรถช่วงกลางคืน เพราะเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากผู้ร่วมใช้เส้นทางที่เมาแล้วขับ

ไม่ขับรถเร็ว

- ไม่ใช้ความเร็วเกินกว่าอัตราที่กฎหมายกำหนด โดยปฏิบัติตามป้ายจำกัดความเร็ว
- ลดความเร็วเมื่อขับรถผ่านเส้นทางที่มีทัศนวิสัยไม่ดี เขตชุมชน ทางโค้ง ทางแยก จุดตัดทางรถไฟ

ง่วงไม่ขับ

- จอดรถพักเป็นระยะทุก 2 ชั่วโมง เพื่อคลายความอ่อนล้าที่ทำให้หลับในขณะขับรถ
- หลีกเลี่ยงการขับรถในช่วงเวลากลางคืน เพราะเป็นช่วงที่ร่างกายต้องการพักผ่อน

โทรไม่ขับ

- ไม่ใช้โทรศัพท์ขณะขับรถเพราะส่งผลต่อสมาธิในการขับรถทำให้เกิดอุบัติเหตุได้

- ใช้อุปกรณ์เสริมในการสนทนาทางโทรศัพท์ อาทิ แฮนด์ฟรี บลูทูธ แต่ไม่ควรคุยเป็นเวลานาน

ใช้เข็มขัดนิรภัยถูกวิธี

- คาดเข็มขัดนิรภัยแนบชิดลำตัว พาดผ่านสะโพกและหัวไหล่
- ปรับสายเข็มขัดนิรภัยให้กระชับ ไม่พลิก หรือบิดงอ ไม่คาดชิดลำคอและใต้วงแขน

เด็กเล็กโดยสารรถ

- จัดให้เด็กนั่งที่นั่งนิรภัย โดยยึดติดไว้บริเวณกึ่งกลางของเบาะหลังรถพร้อมคาดสายรัดให้กระชับลำตัวเด็ก

ใช้หมวกนิรภัยถูกวิธี

- ใช้หมวกนิรภัยแบบเต็มใบที่มีขนาดพอดีกับศีรษะ ในลักษณะตรง คาดสายรัดคางให้ตึงกระชับ
- ไม่นำหมวกนิรภัยที่กระแทกพื้นมาใช้งาน และเปลี่ยนหมวกนิรภัยทุกๆ 3 – 5 ปี

ขับรถช่วงทัศนวิสัยไม่ดี

- ไม่ขับรถเร็ว โดยใช้ความเร็วไม่เกิน 60 กม./ชม. เพื่อควบคุมรถได้อย่างปลอดภัย
- ไม่แซงรถในระยะกระชั้นชิด เว้นระยะห่างจากรถคันหน้าให้มากกว่าปกติ หากเกิดเหตุฉุกเฉินจะได้หยุดรถทัน
- เปิดไฟหน้ารถและไฟตัดหมอก เพื่อให้มองเห็นเส้นทางชัดเจน และผู้ขับรถคันอื่นมองเห็นรถเราได้จากระยะไกล

ขับรถผ่านจุดตัดทางรถไฟ

- เพิ่มความระมัดระวังเป็นพิเศษ โดยเฉพาะช่วงกลางคืน
- หมั่นสังเกตป้ายเตือนจุดตัดทางรถไฟ พร้อมชะลอความเร็ว เมื่อไม่มีรถไฟวิ่งมา จึงค่อยขับรถผ่าน
- ไม่ขับรถตัดหน้ารถไฟในระยะกระชั้นชิด เพราะเสี่ยงต่อการถูกรถไฟชน

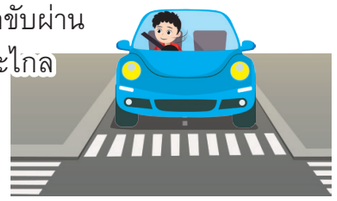
จุดกลับรถ

- ชะลอความเร็ว และหยุดรอในจุดกลับรถจนรถทางตรงอยู่ในระยะไกล จึงค่อยกลับรถ

- ไม่กลับรถบริเวณที่มีสิ่งบดบังทัศนวิสัย เพราะจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

ทางแยก

- ชะลอความเร็ว และปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรอย่างเคร่งครัดจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ
- หยุดรถ พร้อมมองด้านซ้ายและขวาจนแน่ใจว่าไม่มีรถขับผ่านหรือรถอยู่ในระยะไกล จึงค่อยขับรถผ่านทางแยก



แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “เบรกแตก”

- ถอนคันเร่งและใช้เกียร์ต่ำ เหยียบแป้นเบรกแรงๆ ถี่ๆ ดึงเบรกมือขึ้น-ลงเป็นระยะ เพื่อลดความเร็วของรถ
- เปิดไฟฉุกเฉิน และบีบแตรเพื่อส่งสัญญาณเตือนผู้ร่วมใช้เส้นทางระมัดระวัง

แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “ยางระเบิด”

- จับพวงมาลัยให้มั่นเพื่อบังคับรถให้อยู่ในช่องทาง
- ถอนคันเร่ง ห้ามเหยียบเบรกหักพวงมาลัย และดึงเบรกมือเพราะจะทำให้รถเสียหลักพลิกคว่ำ
- บังคับรถไปในทิศทางตรงกันข้ามกับยางที่ระเบิดเพื่อป้องกันรถเสียหลักออกนอกเส้นทาง

แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “รถไฟไหม้”

- กรณีไฟไหม้เล็กน้อยใช้ถังดับเพลิงเคมีฉีดพ่นบริเวณต้นเพลิงให้ไฟดับสนิท
- ถอดขั้วแบตเตอรี่ออก เพื่อป้องกันมิให้เปลวไฟลุกลามเพิ่มขึ้น
- กรณีไฟไหม้ลุกลามรวดเร็วให้ห่างจากรถโดยเร็วที่สุด โทรศัพท์แจ้งเจ้าหน้าที่มาควบคุมเพลิงเพื่อป้องกันรถระเบิด

แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “รถจมน้ำ”

- เมื่อรถตกน้ำให้ปลดเข็มขัดนิรภัย
- ปลดล็อกประตูและลดกระจก ก่อนระบบไฟฟ้าขัดข้อง
- ให้ใช้ค้อน เหล็กหรือของแข็งทุบกระจกด้านข้างให้แตก และรีบออกจากรถก่อนรถจมน้ำทั้งคัน

กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

3/12 ถนนอู่ทองนอก แขวงดุสิต เขตดุสิต
กรุงเทพมหานคร 10300
โทรศัพท์/โทรสาร 0-2243-0674, 0-2243-2200

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย

รู้ทัน ป้องกัน ลดเสี่ยง

อุบัติเหตุทางถนน

www.disaster.go.th

สายด่วนนิรภัย 1784

ป้องกันภัยเชิงรุก บรรเทาทุกข์เมื่อเกิดภัย