

## Akstur og farsímar: Truflar einbeitingu

Bandarískur heimilislæknir, Amy M. Ship, ritaði nýlega grein í NEJM um ábyrgð og hlutverk lækna í fræðslu og forvörnum um notkun farsíma við akstur. Skoðun Ship er sú að mikilvægt sé að heilsuvernd fylgi tækniþróun og að nú sé spurt um akstur og símanotkun ekki síður en um áfengi, lyf og notkun öryggisbelta svo eitthvað sé nefnt.

Ship bendir á að samkvæmt rannsóknum fjórfaldast líkur á árekstri ef ökumaður talar í símann undir stýri og eru jafnar líkunum á árekstri ef ökumaður er undir áhrifum áfengis eða lyfja. Önnur rannsókn sýni að hættan á árekstri eykst 23falt ef athygli ökumanns er upptekin við að senda textaskilaboð, sms. „Vissulega eru ýmsar truflanir á athygli sem stöðja að bílstjórum en staðreynd er að 275 milljónir Bandaríkjamanna eiga farsíma og 81% þeirra tala í símann undir stýri. Afleiðingunum verður helst líkt við drepstótt. Tölfræði síðustu ára sýnir að ekki færri en 1,6 milljón (28%) umferðarslysa í Bandaríkjunum valda bílstjórar sem eru að tala í síma eða senda sms skilaboð. Símtöl valda mun fleiri slysum en sms sendingar einfaldlega vegna þess að langtum fleiri tala í símann; handfrjáls búnaður gerir símtöl við akstur engu öruggari,“ segir Amy M. Ship.

Yfirvöld hafa sannarlega viðurkennt þennan vanda og víða um lönd hefur verið bannað að tala í síma undir stýri. Ekki er fullkomið samræmi í þessu í Bandaríkjunum þar sem 11 fylki hafa ekki lögfest bann við notkun síma í akstri. Akstursöryggisráð Bandaríkjanna viðurkennir vandann og hefur stofnað samtökin FocusDriven, sem einbeitt sér að því að hvetja ökumenn til að halda athyglinni ávallt óskiptri við akstur. Samgönguráðuneytið bandaríska heldur einnig úti vefsíðunni [www.distraction.gov](http://www.distraction.gov)

„Í læknanámi og á háskólasjúkrahúsinu þar sem ég kenni fá læknar og unglæknar reglulega þjálfun í að spyrja sjúklinga um skaðlega hegðun; notkun hjálma, öryggisbelta, getnaðarvarna, sigarettur, áfengi og lyf. Staðfestur árangur af þessum spurningum er lítill, en við höldum áfram að spyrja þeirra einsog ég tel að við eigum að gera. Og eftir því sem tækninni fleygir fram verðum við að haga spurningum okkar í samræmi við áhættuna; það er tímabært að við spyrjum spurninga um akstur og einbeitingartruflanir,“ segir Amy M. Ship.

„Þrátt fyrir að árangur sé ekki mælanlegur vitum við að ráðgjöf til sjúklinga um hættulega hegðun getur haft öflug áhrif. Tóbaksvarnarráð Bandaríkjanna telur að 3 mínútna samtali (læknis við sjúkling) um skaðsemi reykinga auki líkurnar



verulega á því að sjúklingurinn hætti að reykja. Samhengið skiptir máli. Þegar heimilislæknir vekur máls á efninu meðan á heilsufarskoðun stendur eru skilaboðin ólík þeim sem birtast í auglýsingu frá opinberri stofnun á milli bjór- og kexauglýsinga eða eru prentuð á umbúðir um varning.

Ég hef nýlega bætt við spurningu þegar ég fæ sjúkling í árlega heilsufarskoðun. Ég byrja á spurningu um öryggisbelti. Síðan spyr ég: Sendirðu sms meðan þú keyrir? Þó mér sé umhugað um bæði sms og símtöl eru flestir meðvitaðir um hættuna af því að skrifa sms og margir dæma það mun harðar. Ef sjúklingur viðurkennir að hann skrifi sms við akstur deili ég með honum þekkingu minni og áhyggjum. Margir sjúklingar sem skrifa ekki sms undir stýri viðra skoðun sína á því hversu hættulegt það er, en þá nota ég tækifærið til að benda á að símtöl valdi fleiri slysum en sms. Þó ég geti vísað á opinberar tölur og bent á myndefni finnst mér áhrifaríkast að segja einfaldlega að símtal undir stýri trufla einbeitinguna á svipaðan hátt og að keyra fullur – samlíking sem bendir bæði á áhættuna og undirstrikar brenglað siðferðismat.

Læknar í heilsugæslu eru í einstakri aðstöðu til að fræða sjúklinga og hafa áhrif á þá. Spurningar um akstur og einbeitingu eru jafn mikilvægar í fyrirbyggjandi heilsugæslu eins og aðrar spurningar. Að spyrja ekki – og fræða ekki sjúklinga okkar og þar með minnka áhættu þeirra – jafngildir því að setja í hættu þá sem við viljum lækna.”

Ship AM. The most primary of care. N Engl J Med 2010; 362: 2145-7. - [www.nejm.org](http://www.nejm.org)

**Hávar  
Sigurjónsson**