

## נהיגה בעייפות

### נייר עמדה – עמותת אור ירוק

נהיגה בהשפעת עייפות היא בעלת מסוכנות רבה וחד משמעית, הן לנהג והן לכלל משתמשי הדרך. נהיגה בהשפעת עייפות מעלה את הסיכון לתאונת דרכים ב-29% לעומת נהיגה שאינה תחת השפעת עייפות. ההערכה היא שעייפות נהגים היא גורם עיקרי ב-15%-20% מתאונות הדרכים החמורות.<sup>1</sup>

נכון לימים אלה, פרקטיקת העבודה הנהוגה בבתי חולים בישראל הינה ביצוע תורנויות בנות 26 שעות לפחות, כש פעמים בחודש, ובמקרים רבים אף יותר. משך הזמן הממוצע שמתמחה נמצא בהתמחות בישראל עומד על 5 שנים ו-3 חודשים, כלומר יותר מחמש שנים של עבודה מאומצת, ללא שינה ובעייפות מצטברת.<sup>2</sup>

נמצא כי נהגים שדיווחו כי ישנו מתחת לארבע שעות ביממה שקדמה לנהיגה, הגבירו את הסיכון למעורבות בתאונת דרכים פי כ-11.5, ביחס לנהגים שישנו שבע שעות. בבדיקת שגרת שינה, נהגים שדיווחו כי הם ישנים בין ארבע לחמש שעות בלילה באופן שגרתי נמצאו בעלי סיכון גבוה פי כ-5.4 למעורבות בתאונת דרכים, בהשוואה לנהגים שבאופן שגרתי ישנים 7 שעות או יותר.<sup>3</sup>

בנוסף לעייפות החמורה שעלולה להוביל לתופעות של "ניקור" או הירדמות בזמן נהיגה - המסכנות חיים בפני עצמן, נמצא כי תורנות בת 26 שעות משפיעה גם על אופי הנהיגה של המתמחים. נמצא כי ביום השני לתורנות רופאים מתמחים דיווחו על עלייה בעבירות תנועה, טעויות אנוש בנהיגה ונהיגה בעלת אופי אגרסיבי- כל אלה מושפעים, בין היתר, מהיעדר בשינה ולחץ בו שרויים המתמחים בזמן התורנות והשפעותיהם מתמשכות גם לאחריה. כך לפי מחקר שערך ד"ר דני חזן באוניברסיטת בר אילן.

הנתונים מדברים בעד עצמם. מסקר שנערך על ידי ארגון מרשם בקרב המתמחים נמצא כי 52% מהמתמחים נרדמו על ההגה לאחר תורנות, בדרכם הביתה. 10% מהם היו מעורבים בתאונת דרכים לאחר תורנות, פי 33 משיעורם באוכלוסייה.<sup>4</sup>

בימים בהם על נהגים בישראל להתמודד עם תנאי דרך שאינם אופטימליים וכוללים עומסי תנועה, אלימות גואה ויותר מ-28 תאונות דרכים עם נפגעים במוצק בכל יום<sup>5</sup>, נהיגה בהשפעת עייפות בכלל ועייפות מצטברת בפרט מהווים סכנת נפשות לנהגים ולכלל משתמשי הדרך. אסור בשום אופן

<sup>1</sup> European Commission (2021) Road safety thematic report – Fatigue. European Road Safety Observatory. Brussels, European Commission, Directorate General for Transport.

<sup>2</sup> משרד הבריאות, 2022, כוח אדם במקצועות הבריאות 2021. עמ' 88.

<sup>3</sup> European Commission (2021) Road safety thematic report – Fatigue. European Road Safety Observatory. Brussels, European Commission, Directorate General for Transport.

<sup>4</sup> ארגון מרשם

<sup>5</sup> ממוצע תאונות דרכים עם נפגעים ליום בשנת 2022, למ"ס.

להפקיר את מתמחי הרפואה ולהתיר להם לנהוג לאחר תורנות ארוכה, תוך סיכון חייהם בצורה מיידיית וברורה וסיכון יתר משתמשי הדרך גם כן.

חשוב להדגיש כי על אף תיקון המתווה לקיצור שעות עבודה של רופא בבית חולים, שהתייחס למשך תורניות המתמחים, וקיצורן של התורנויות של רופאים מתמחים מ-26 שעות כאמור ל-19 שעות ועד 21 שעות עבודה רצופות בימי חול<sup>6</sup>- המצב בו מתמחים נוהגים לאחר תורנות הנמשכת שעות ארוכות מהווה סכנה משמעותית לחייהם ולחיי שאר משתמשי הדרך. גם במתכונת השעות המופחתת, שעות השינה אינן מספקות ועל כן מתמחה לאחר תורנות אינו כשיר לנהיגה כנדרש.

עמותת אור ירוק רואה במצב הקיים כמצב המייצר סיכון גבוה להתרחשות תאונות דרכים במעורבות מתמחים, בין היתר, עקב גורם העייפות המהווה נקודת תורפה משמעותית ובעל השפעה חמורה על יכולת הנהיגה שלהם. יש למצוא פתרון שימנע מהמחדל המסוכן להתקיים באופן מיידי, הן אם באמצעות מערך הסעות ייעודי והן אם באמצעות כל פתרון מציל חיים שיענה על הצורך האמור.

עמותת אור ירוק קוראת לגופים האמונים על הנושא, בראשם משרד התחבורה והבטיחות בדרכים, משרד הבריאות ומשרד העבודה לפעול למציאת פתרונות ראויים לנושא זה, אשר ישמרו הן על בטיחות המתמחים והן על בטיחות כלל משתמשי הדרך.

---

<sup>6</sup> טיוטת היתר - הודעה על תיקון ההיתר הכללי להעסקה במנוחה השבועית ובשעות נוספות במפעלים רפואיים ובמוסדות לטיפול בזקנים או בילדים (הוראת שעה)(תיקון מסי' 3), לפי חוק שעות עבודה ומנוחה, התשי"א-1951.