

<b>Zeitschrift:</b>	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Fourierverband
<b>Band:</b>	48 (1975)
<b>Heft:</b>	8
<b>Artikel:</b>	Fit am Steuer - sicher durch den Strassenverkehr!
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-518469">https://doi.org/10.5169/seals-518469</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Fit am Steuer – sicher durch den Strassenverkehr!

Mit einer in Bern abgehaltenen Presseorientierung eröffnete die Schweizerische Konferenz für Sicherheit im Strassenverkehr (SKS) ihre diesjährigen Aktionen unter dem Motto «Fit am Steuer». Schwerpunkte: *Übermüdung und Alkohol*. Präsident Dr. R. Bauder nannte die SKS «eine in Europa ziemlich einzigartige Dachorganisation aller an der Unfallverhütung im Strassenverkehr interessierten Behörden, Institutionen und Organisationen». Zur allgemeinen Informationstätigkeit gesellt sich die Arbeit der *Fachausschüsse «Verkehrserziehung»* (Herausgabe von Lehrmitteln für den Verkehrsunterricht), *«Unfalldynamik»* (Erforschung des Verhaltens von Personenwagen in Situationen mit hohem Unfallrisiko) sowie *«Weiterbildung»* (Koordination der Weiterbildungskurse und Vereinheitlichung der angewandten Methoden). 300 Mahnwände, 6000 Plakate, 15 000 Steller, 100 000 Postkarten, 360 Matern und 2 TV-Spots werden den äusseren Rahmen der diesjährigen Aktion bilden.

### *Unterschätztes Risiko*

Auch wenn die Unfallursache «Übermüdung» in der amtlichen Statistik verhältnismässig geringe Zahlen aufweist — 1973 zum Beispiel 792 Fälle, wovon 320 mit Verletzten und 29 mit tödlichem Ausgang — darf das Risiko keinesfalls unterschätzt werden. Die *Dunkelziffer*, führte BfU-Direktor R. Walthert unter anderem aus, ist relativ hoch, «weil Übermüdung durch die mit der Tatbestandsaufnahme betrauten Organe in der Regel nur schwer feststellbar ist». Nicht wenige der unter «*Unaufmerksamkeit*» registrierten Unfälle gehen sicher auf Übermüdung zurück. Eine kürzlich in Deutschland veröffentlichte Studie gelangt zum Schluss, dass *jeder fünfte Autofahrer nach eigenem Eingeständnis schon einmal am Steuer eingeschlafen sei*.

Auch der Alkoholeinfluss werde nach wie vor unterschätzt, obschon er sich gerade auf die Schwere der Unfälle mit hoher Signifikanz auswirke. Ein mit 0,5 Promille Blutalkoholkonzentration zirkulierender Lenker ist im Vergleich zu einem nüchternen Fahrer in Bezug auf *Verletzung und Tötung anderer bereits doppelt so gefährlich*. Schliesslich rief R. Walthert in Erinnerung, dass nach Erhebungen der Eidgenössischen Kommission gegen den Alkoholismus ein Drittel aller hospitalisierten Verkehrsverunfallten alkoholisiert sind.

### *Bekannte und andere Tücken*

Nach R. D. Huguenin, lic. phil. Psychologe, kann die Fahrtüchtigkeit durch *Medikamente, Drogen und Alkohol*, gemäss neuem Erkenntnisstand aber auch durch *Kaffee und Tee* (sogenannte *Verstärker*), ferner durch *Tabak* beeinträchtigt werden. Zu den geistigen und körperlichen Zuständen mit negativem Effekt gehören Ermüdung, Stress, Seh- und andere Mängel. Die Bedienung des Fahrzeugs wird verschlechtert, die Anpassung an die Strassenverhältnisse herabgesetzt, das Verhalten gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern verändert: Man reagiert falsch, bremst zu spät, missachtet Glatteisbildung und übersieht Fussgänger am Zebrastreifen. Normalerweise sicherheitsbewusste Fahrer treffen plötzlich Fehlentscheidungen, die Informationsverarbeitung funktioniert schlecht, die Bewegungsabläufe sind erschwert.

*Ursachen der effektiven Ermüdung* sind Schlafmangel, schwere körperliche Arbeit vor der Fahrt, anstrengende geistige Tätigkeit und Krankheiten. Begünstigt wird Müdigkeit (ausgeprägtes «Tief» zwischen 12 und 14 Uhr, namentlich bei vollem Magen) auch durch spezielle Wetterlagen, Lärm, schlechte Beleuchtung, Hunger, Hitze, einschläfernde Medikamente und — Kohlenmonoxid! *Stickige, mit Rauch durchsetzte Luft im Wageninnern macht unweigerlich schlafrig*. Mit zunehmender Ermüdung neigt der Lenker zu übersetzter Geschwindigkeit. Durch Pausen von mindestens 10 bis 15 Minuten nach zwei bis drei Stunden Fahrt lassen sich Ermüdungsspitzen vermeiden, wobei natürliche Bewegung neue Reserven schafft.

In der Zeit vom 23. bis 29. Juni hat die SKS in enger Zusammenarbeit mit Presse, Radio und Fernsehen eine Reihe wertvoller Tips im Kampf gegen die Übermüdung vermittelt und wird vom 27. Oktober bis 2. November mit betonter Sachlichkeit und umfassend über die Folgen des Alkohols am Steuer informieren.

psks.