

Helt vanlige medisiner kan påvirke din helsetilstand og dine ferdigheter som sjåfør. Dersom du går på eller får nye legemidler, skal du alltid konferere med legen om du kan kjøre bil.

De aller fleste av oss vil i løpet av et langt liv ha perioder hvor man er avhengig av å bruke medisiner. Noen oftere enn andre. Helt vanlige medisiner kan påvirke både reaksjonsevne, konsentrasjon og dine evner som sjåfør. Derfor er det veldig viktig at du snakker med legen din hvis du er avhengig av å bruke medisiner.

Det er ingen fasit på hvilke medisiner som medfører helsesvekkelser og som kan utgjøre en fare i trafikken. Derfor må legen gjøre en individuell vurdering hver eneste gang. Det gjør imidlertid at du som sjåfør har et større ansvar, og som en tommelfingerregel skal du alltid konferere med lege om du er usikker.

Beroligende og smertestillende midler, samt en rekke andre medisiner, kan påvirke ditt sentralnervesystem og dermed dine ferdigheter som sjåfør. Noen av konsekvensene er at du kan bli mer uoppmerksom og at din reaksjonsevne kan bli svekket. Det er farlig i trafikken.

Din reaksjonsevne er noe av det viktigste du har som sjåfør. Reaksjonsevne kan måles i reaksjonstid. Din evne til å reagere er avhengig av biologiske forutsetninger som alder, helsetilstand og dagsform. Normal reaksjonstid for mennesket er  $\frac{1}{2}$  -3 sekunder. Reaksjonstiden regnes fra det øyeblikket du oppfatter en situasjon til du begynner å handle. Reaksjonstiden blir kortest hvis du er konsentrert og fokusert.

Regelverket for medisinbruk og kjøring ble strammet inn i 2016, og det ble satt nye helsekrav til det å ha førerkort. Bruker du medisiner over en lengre periode så skal du minst en gang i halvåret konferere med lege. En god huskeregel er å sjekke om medisinen har en varsel trekant på pakningen. Da må du alltid spørre lege om medisinen du bruker kan utgjøre en trafikkrisiko.

Og spør heller en gang for mye – legen er til for å hjelpe og veilede deg.

Les vår personvernerklæring