

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Niewyspani młodzi ludzie, czyli większe ryzyko wypadku

Zbyt mała ilość snu zwiększa ryzyko wypadku samochodowego wśród młodych kierowców - potwierdza nowe badanie, opisanie w magazynie "JAMA Pediatrics"

Kierowcy w wieku 17-24 lat, którzy deklarowali, że śpią w nocy po sześć godzin i krócej, mieli na przestrzeni dwóch lat o 20 proc. większą szansę uczestnictwa w wypadku samochodowym niż ci, którzy spali dłużej.



Wypadki wśród osób pozbawionych większej ilości snu zdarzały się najczęściej między godz. 20 a 8.

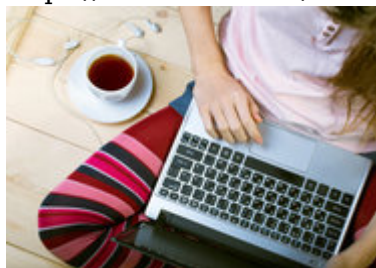
Zależności pozostawały podobne, kiedy badacze wzięli pod uwagę czynniki, które wpływają na prawdopodobieństwo wypadku, np. wiek, liczbę godzin spędzonych za kierownicą w tygodniu, niebezpieczne zachowania za kółkiem (m.in. przekraczanie prędkości) i historię wypadków drogowych.

Ograniczona ilość snu to znany czynnik ryzyka, jeśli chodzi o wypadki drogowe. Szacuje się, że senni kierowcy są odpowiedzialni za 20 proc. wszystkich wypadków samochodowych w Stanach Zjednoczonych. Jednak większość badań nie skupiała się na młodych ludziach.

W nowym badaniu wzięto pod uwagę 19 tys. świeżo upieczonych australijskich kierowców, których pytano m.in. o zwyczaje związane z nocnym odpoczynkiem. Potem badacze śledzili ich losy przed dwa lata.

Wnioski z badania mogą pomóc w zapobieganiu wypadkom powodowanym małą ilością snu, poprzez zwiększanie świadomości wśród kierowców.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/17918.html>



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na](#)

zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy