



# فحص النَّفس على جانب الطريق بشكل عشوائي.

القيادة بأمان تتطلّب الانتباه الكامل منك

تكون متوازناً ولديك توافق حركي جيّد



يكون باستطاعتك الرؤية بوضوح



تكون في حالة تأهب عقلي



يجب أن:

لتجنّب القيادة تحت تأثير الكحول، يجب أن تكون نسبة الكحول في الدّم أقلّ من 0.05%.

يشير تركيز الكحول في الدّم بنسبة 0.05% إلى وجود 0.05 غرام من الكحول في كلّ 100 مل من الدّم. وهذا هو الحدّ القانوني للقيادة في أستراليا.

وتفحص الشرطة تركيز الكحول في الدّم (BAC) عند إجراء فحص النَّفس على جانب الطريق للكشف عن تناول الكحول.

ما هو تركيز الكحول في الدّم BAC؟ يُطلق على مستوى الكحول في مجرى الدّم اسم "تركيز الكحول في الدّم" (BAC).

## كيف يتمّ إجراء الفحوص على جانب الطريق؟

سُئِلَ إذا ما شربت أي مشروب كحولي



سُيُطَلَب منك: إظهار رخصة القيادة خاصتك



بعد ذلك ستخضع لفحص نَفَس أولي باستخدام جهاز محمول باليد. يكشف هذا الجهاز عن وجود الكحول في النَّفس. عند كلّ فحص، تُستخدم أداة للقمّ تُستعمل لمرة واحدة.

إذا كانت نتيجة الفحص إيجابية، فسيتمّ إخبارك بهذه النتيجة وسيطلب منك إجراء فحص لتحليل النَّفس.



يمكنك متابعة طريقك إذا كانت نتيجة الفحص سلبية أو إذا كانت النسبة أقلّ من 0.05.

تظهر نتيجة الفحص عادة بعد حوالي دقيقة واحدة.



ما هو العدد المعياري للمشروبات الكحولية التي يمكنني شربها لكي تبقى نسبة الكحول في دمي أقلّ من 0.05؟

**للرجال ذوي الأجسام متوسطة الحجم:** ما لا يزيد عن مشروبين معياريين في الساعة الأولى ومشروب واحد في الساعة بعد ذلك.



**للنساء ذوات الأجسام متوسطة الحجم:** ما لا يزيد عن مشروب واحد معياري في الساعة.



هذا مجرّد دليل يُسترشد به. قد تزيد نسبة تركيز الكحول في دمك عن 0.05% عند فحصك حتى لو تبتعت التعليمات في هذا الدليل.

## نصائح للقيادة بأمان

عدم شرب الكحول هو أكثر الخيارات أماناً إذا كنت تنوي القيادة.

إذا قرّرت شرب الكحول، يجب أن تحرص على ألا تزيد نسبته في الدّم عن 0.05 من خلال:

تناول الطعام قبل وأثناء شرب الكحول.



شرب مشروبات خالية من الكحول أو نسبة الكحول فيها منخفضة



مراقبة العدد المعياري للمشروبات الكحولية التي تشربها كل ساعة. المشروبات المعيارية هي طريقة جيدة لتتبع نسبة الكحول التي تشربها، يمكنك التحقّق من الملصق أو سؤال العامل في البار.



يجب أن تكون نتيجة فحص تركيز الكحول في الدّم 0.00 (صفر) للسائقين المُبتدئين (L) والسائقين برخصة تجريبية (P) في جميع الولايات والإقليمين



تذكّر



يختلف تأثير الكحول على كل شخص بناءً على:

الحجم والوزن والصحة



إذا كان الشخص مُعتاداً على شرب الكحول

الكمية التي تمّ استهلاكها



إذا تمّ تناول أي مخدّرات في نفس الوقت تقريباً

