

## Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“ mit Checklisten für Autofahrer und Angehörige

Düsseldorf – Die Verkehrssicherheit von Senioren ist der gemeinnützigen Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) ein großes Anliegen. Deshalb bietet die AFI die kostenlose Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“ an. Die Broschüre kann über die Webseite [www.alzheimer-forschung.de/sicher-auto-fahren](http://www.alzheimer-forschung.de/sicher-auto-fahren) bestellt werden.

In der dunklen Jahreszeit sehen sich Autofahrer mit witterungsbedingten Herausforderungen konfrontiert. Durch Nebel, Glatteis, Schnee und Dunkelheit steigt das Unfallrisiko.

Besonders ältere Autofahrer sollten auf mögliche Probleme beim Führen eines Fahrzeugs achten. Sie haben zwar zumeist viel Erfahrung hinter dem Steuer, dennoch kann der Alterungsprozess Probleme mit sich bringen, die durch die Witterung noch verstärkt werden können. Probleme beim Hören und Sehen sowie Bewegungseinschränkungen können eine Gefahr bedeuten. Auch Medikamente und deren Nebenwirkungen oder demenzielle Erkrankungen wie Alzheimer erschweren das Autofahren oder machen es unmöglich.

Teil der Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“ sind Checklisten für Autofahrer und deren Angehörige. Wenn eine oder mehrere der Fragen mit „Ja“ beantwortet werden, sollte der Autofahrer einen Arzt aufsuchen, um zu überprüfen, ob das Problem eine gesundheitliche Ursache hat.

### **Checkliste für Autofahrer zur Selbsteinschätzung**

- Verlieren Sie beim Fahren manchmal die Orientierung?
- Haben Sie Schwierigkeiten, andere Verkehrsteilnehmer, Ampeln oder Verkehrszeichen zu erkennen und rechtzeitig darauf zu reagieren?
- Haben Sie Probleme, das Gas-, Kupplungs- oder Bremspedal zu betätigen?
- Hören Sie Signale anderer Verkehrsteilnehmer (manchmal) spät oder schlecht?
- Finden Sie es schwierig, den Kopf zu drehen und über Ihre Schulter zu blicken?
- Werden Sie im dichten Verkehr oder auf unbekanntem Straßen nervös?
- Hupen andere Autofahrer häufig wegen Ihres Fahrverhaltens?
- Verursachen Sie in letzter Zeit häufiger kleinere oder „Beinahe“-Unfälle?
- Fühlen Sie sich beim Fahren unsicher?
- Werden Sie schläfrig oder wird Ihnen schwindelig, nachdem Sie Ihre Medikamente eingenommen haben?

### **Checkliste für Angehörige zur Einschätzung eines Autofahrers**

- Verfährt sich oft, selbst auf bekannten Strecken.
- Hält bei Grün oder zur falschen Zeit an.
- Scheint andere Autos, Fußgänger oder Rad- und Motorradfahrer auf der Straße nicht wahrzunehmen.
- Fährt extrem langsam und unsicher, zum Beispiel auf der Autobahn oder fährt zu dicht auf.
- Befolgt Verkehrszeichen oder Ampelsignale nicht.
- Versäumt, die Vorfahrt zu beachten oder reagiert zu spät.

- Blinkt nicht vor dem Abbiegen oder Spurwechsel.
- Fährt sehr aggressiv oder ängstlich.
- Kontrolliert nicht den toten Winkel, bevor er die Fahrspur wechselt.
- Tritt gleichzeitig auf Gas- und Bremspedal oder verwechselt die Pedale.
- Hat Schwierigkeiten, mehrere Funktionen beim Fahren zu bedienen.
- Möchte wenden, nachdem er eine Ausfahrt verpasst hat. (Ausführung unbedingt vermeiden.)
- Verursacht kleinere oder „Beinahe“-Unfälle.

„Sicher Auto fahren im Alter“ kann kostenfrei bestellt werden bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; Telefonnummer 0211 - 86 20 66 0; Webseite: [www.alzheimer-forschung.de/sicher-auto-fahren](http://www.alzheimer-forschung.de/sicher-auto-fahren).

[Weitere Informationen zur Alzheimer-Krankheit](#)

### **Über die Alzheimer Forschung Initiative e.V.**

Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) ist ein gemeinnütziger Verein, der das Spendenzertifikat des Deutschen Spendenrats e.V. trägt. Seit 1995 fördert die AFI mit Spendengeldern Forschungsprojekte engagierter Alzheimer-Forscher und stellt kostenloses Informationsmaterial für die Öffentlichkeit bereit. Bis heute konnte die AFI 288 Forschungsaktivitäten mit über 11,2 Millionen Euro unterstützen und rund 855.000 Ratgeber und Broschüren verteilen. Interessierte und Betroffene können sich auf [www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de) fundiert über die Alzheimer-Krankheit informieren und Aufklärungsmaterial anfordern. Ebenso finden sich auf der Webseite Informationen zur Arbeit des Vereins und allen Spendenmöglichkeiten. Botschafterin der AFI ist die Journalistin und Sportmoderatorin Okka Gundel.

### **Dateien**

- [pm\\_2020-01-15\\_AFI\\_PM\\_Sicher\\_Auto\\_fahren.pdf](#) 183 KB