

院内報「みらい」(運転の姿勢)

夏の暑さも去り、これから迎える秋の紅葉シーズンですが、運転中の姿勢にご用心。危ない姿勢で運転している人がとても多いです。特に若い人の運転中の姿勢は整形外科医の立場から見てとても危ないと思っています。

何がどう危ないかと言えば、事故が起こったとき怪我をしやすい姿勢なのです。まずハンドルを持つ腕です。肘が伸びていませんか。肘が曲がった姿勢ならぶつかっても肩や、肘はただ曲がるだけで何も起こりませんが、肘が伸びた状態でぶつかるその衝撃がそのまま肩にまで伝わり肩をいためてしまったり、肘が脱臼してしまうのです。サーキットを走っているドライバーの腕を写真で見ると、肘は90度近く曲がっています。これは衝撃を少なくする(怪我しないようにする)智恵なのです。

次に膝はどうでしょう。肘と同じように伸びた状態で運転していませんか。膝も曲がった状態なら衝撃を少なくすることができますが、伸びた状態では股関節が脱臼したり、膝を骨折したりしてしまいます。膝や、股関節を曲げた状態で運転することがぶつかったときに怪我をしないコツです。

今やチャイルドシートもシートベルトとともに義務付けられ、車が安全になるだけでなく、乗る人の側も安全についてより気をつけなければならなくなりました。

事故が起こってもできるだけ怪我のなくなるような姿勢で運転したいものです。

