



La plupart des habitantes et des habitants de Suisse possèdent aujourd'hui un véhicule à moteur. Simultanément, la consommation d'alcool, de médicaments et de drogues illégales telles que le cannabis est courante. Or les personnes qui conduisent en étant sous l'influence de substances modifiant l'état de conscience (substances psychoactives) constituent un danger.

Focus | Mai 2010



# Alcool, drogues illégales, médicaments et circulation routière

## 0,5 pour mille pour l'alcool et tolérance zéro pour les drogues illégales

Les véhicules ne peuvent être conduits de manière responsable que par des personnes dont la condition physique et psychique répond aux exigences de base (aptitude à conduire) et qui sont en mesure de conduire (capacité de conduire) au moment de prendre le volant. Tant les effets immédiats d'une consommation excessive de substances psychoactives que les conséquences d'une dépendance augmentent les risques d'accidents.

En 1958, le délit de «conduite en état d'ébriété» a été intégré à la Loi sur la circulation routière (LCR) et défini avec plus de précision suite à des jugements rendus par le Tribunal fédéral. En 1964, la valeur limite du taux d'alcool a été fixée pour la première fois à 0,8 pour mille. En 2003, le Parlement a décidé d'abaisser la limite à 0,5 pour mille et d'aggraver les sanctions frappant la conduite en état d'ébriété. En même temps, des directives concernant d'autres substances psychoactives (stupéfiants et médicaments) ont été introduites pour la première fois dans la loi.

Le présent feuillet contient essentiellement des informations sur la manière dont la consommation occasionnelle de boissons alcooliques, de drogues illégales et de médicaments restreint l'aptitude à conduire. La mise en cause de l'aptitude à conduire des personnes dépendantes n'est abordée que sommairement.



## Alcool et circulation routière

### Alcool et accidents: chiffres et données

En 2008 en Suisse, on a recensé 55 accidents de route mortels associés à une consommation d'alcool. Cela signifie que l'alcool a joué un rôle dans 16% des accidents mortels.

Suite à l'entrée en vigueur des nouvelles mesures en janvier 2005 (nouvelle limite du taux d'alcool et contrôles de l'air expiré en l'absence d'indices d'ébriété) le nombre des accidents graves de la route liés à la consommation d'alcool a diminué en 2005 et 2006. Cette tendance ne s'est pas confirmée en 2007 et 2008.

Certains accidents sont typiquement liés aux styles de vie et aux manières de boire: ils se produisent particulièrement en fin de semaine, de

nuît ou au petit matin et concernent essentiellement des jeunes hommes de 18 à 24 ans.

Il ressort d'une étude réalisée par l'ISPA en 2004 que la bonne moitié des accidents liés à l'alcool sur les routes suisses sont causés par des conducteurs abusant occasionnellement de boissons alcooliques. Autrement dit, ces accidents ne sont pas majoritairement le fait de consommateurs chroniques à risque, mais sont causés dans une large mesure par des personnes qui, tout en buvant généralement de manière modérée, prennent à certains moments le volant alors qu'elles sont ivres.

Attention: Les capacités de conduite sont diminuées déjà avec des petites quantités d'alcool (voir tableau ci-dessous).

## Influence de l'alcool sur la capacité de conduire

Le tableau ci-dessous montre comment le taux d'alcool dans le sang (pour mille) réduit la capacité de conduire un véhicule. Par ailleurs, l'alcool a des effets différents d'une personne à l'autre.

<b>0,2 – 0,5 pour mille</b>	L'attention, la perception, les facultés visuelles et auditives baissent, le temps de réaction augmente, de même que la propension à prendre des risques.
<b>0,6 – 1,0 pour mille</b>	L'équilibre est perturbé, le temps de réaction augmente nettement, la vision de nuit et la concentration diminuent. Levée des inhibitions et augmentation de la tendance à surestimer ses propres capacités.
<b>1,1 – 2,0 pour mille</b>	Apparition de troubles de l'élocution, de confusion, de difficultés d'orientation et d'une vision tubulaire, les yeux s'adaptent plus lentement au contraste entre la lumière et l'obscurité.
<b>Plus de 2 pour mille</b>	Apparition de trous de mémoire, de troubles de la conscience, de pertes de la coordination. Risque d'intoxication alcoolique aiguë, pouvant s'accompagner de paralysies et d'un arrêt respiratoire.

La consommation simultanée d'alcool avec d'autres substances psychoactives provoque des effets imprévisibles. Même en très petites quantités, de tels mélanges entraînent en effet une diminution notable de l'aptitude à conduire.

### Les réserves de capacité

Nombreux sont les conductrices et conducteurs alcoolisés qui pensent être «encore capables de conduire», parce qu'ils se considèrent particulièrement bons conducteurs ou entendent faire preuve d'une prudence particulière. En plus du fait que la consommation d'alcool conduit à surestimer ses capacités et à porter des jugements erronés, beaucoup de gens ne savent pas qu'elle s'accompagne également, et ce même avec de petites quantités, d'une perte de ce que l'on appelle les «réserves de capacité».

Pour la plupart des activités, notre cerveau fonctionne à deux niveaux. Tous les comportements dont nous avons l'habitude, que nous avons exercés et «automatisés», nous les accomplissons en mobilisant les capacités de base de notre cerveau. Lorsqu'il se produit un événement inhabituel, imprévisible, nous devons faire appel à nos réserves de capacité pour pouvoir réagir de façon adéquate. Par exemple, lorsque quelqu'un s'élançait de manière inopinée devant notre véhicule, il faut réagir très rapidement, apprécier immédiatement si la première réaction a été la bonne et apporter tout de suite les corrections nécessaires. Lors d'une telle «réaction d'urgence», nous faisons provisoirement appel à la réserve de capacité de notre cerveau.

Jusqu'à 0,5 pour mille, cette réserve de capacité n'est pas notablement réduite chez les conductrices et conducteurs avérés. Au-delà, elle l'est au point d'empêcher une réaction appropriée en cas de situation difficile. A partir de 1 pour mille, les capacités de base sont elles aussi affectées, réduisant d'autant la capacité à faire face à des situations connues.

Les nouveaux conducteurs et conductrices ont besoin de leurs réserves de capacité aussi dans des situations de circulation faciles, car leurs réactions ne sont pas encore «automatisées». Chez eux, peu d'alcool peut déjà sérieusement réduire leur capacité de conduire. Les nouveaux conducteurs et conductrices devraient donc d'autant plus renoncer à l'alcool lorsqu'ils conduisent.

## Amendes et sanctions

En même temps que l'abaissement du taux d'alcool toléré à 0,5 pour mille et la tolérance zéro en ce qui concerne les drogues illégales, une série de sanctions plus sévères sont en vigueur depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2005; elles devaient permettre de faciliter l'application des nouvelles dispositions légales.

La police est autorisée à procéder, partout et en tout temps, à des contrôles par éthylomètre (analyse de l'air expiré) même en l'absence d'indices d'alcoolémie. Une personne contrôlée à 0,5 pour mille ou plus est considérée comme inapte à conduire et sanctionnée. Si l'éthylomètre indique une alcoolémie située entre 0,5 et 0,79 pour mille, l'état d'ébriété peut être confirmé par la signature du conducteur. Dans le cas contraire ou lorsque le test indique une alcoolémie

de 0,8 pour mille ou plus, une prise de sang est effectuée. Le taux d'alcool détermine – conjointement avec d'autres facteurs – la sévérité de la sanction.

Une concentration d'alcool dans le sang de 0,5 à 0,79 pour mille est traitée comme une «infraction légère» et est punie par une amende. De plus, le conducteur encourt un avertissement – à moins qu'il ait déjà fait l'objet d'un retrait de permis ou d'un avertissement au cours des deux dernières années. Dans ce cas, le permis est retiré pour au moins un mois. Il en va de même si le conducteur fautif a commis simultanément une autre infraction (par ex. un dépassement de vitesse).

A partir de 0,8 pour mille, on parle d'«infraction grave» et les sanctions augmentent en conséquence. Une peine privative de liberté

ou une peine pécuniaire, ainsi que le retrait du permis de conduire pour au moins trois mois sont prévus. La sévérité de la peine dépend de la faute commise et des antécédents.

Par ailleurs, en cas d'accident, des conséquences au niveau du droit des assurances sont possibles. Les assurances peuvent en effet recourir contre les conducteurs fautifs. Les prétentions financières peuvent être très importantes, surtout en cas d'accident portant atteinte aux personnes.

Un «retrait de sécurité» du permis est décidé en cas d'incapacité de conduire, par ex. lors d'une dépendance à l'alcool. Ce retrait de sécurité est ordonné pour un temps indéterminé. Si la personne concernée peut prouver qu'elle a retrouvé ses capacités, le permis peut lui être rendu.

## Drogues illégales et circulation routière

### Tolérance zéro en matière de conduite sous l'influence de drogues

En Suisse, depuis longtemps déjà, on discute non seulement de la conduite en état d'ébriété, mais encore de la conduite sous l'influence de drogues, qui représentent toutes les deux un danger pour la sécurité routière. Les milieux politiques et les autorités en ont tenu compte en prenant de nouvelles mesures. La loi révisée sur la circulation routière évoque explicitement les stupéfiants (article 31, alinéa 2): «Toute personne qui n'a pas les capacités physiques et psychiques nécessaires pour conduire un véhicule parce qu'elle est sous l'influence de l'alcool, de stupéfiants, de médicaments ou pour d'autres raisons, est réputée incapable de conduire pendant cette période et doit s'en abstenir.» Ainsi, toutes les substances psychoactives sont mises sur le même plan pour ce qui est de la détermination de l'aptitude à conduire un véhicule.

Si l'une des substances suivantes peut être mise en évidence dans le sang d'un conducteur (et qu'elle ne fait pas l'objet d'une prescription médicale), on conclut à une incapacité de conduire: cannabis (THC), héroïne (morphine libre), cocaïne ainsi qu'amphétamines, méthamphétamines, MDMA et MDEA.

De nombreuses recherches mettent en évidence une augmentation de la conduite et des accidents sous l'influence de drogues partout dans le monde, alors que les chiffres relatifs aux accidents liés à l'alcool demeurent à peu près stables. Cela semble valoir également pour la Suisse, bien qu'il n'existe que fort peu de données à ce propos. En 2008, l'Office fédéral de la statistique a ainsi comptabilisé 219 accidents (ayant fait des

victimes) de la route «possiblement liés à la consommation de drogues». On ne sait cependant pas quelle est la fréquence de la conduite sous l'influence de drogues dans notre pays. En Europe, on estime de 1% à 5% les personnes qui conduisent sous influence de drogues illégales (surtout de cannabis). Compte tenu du nombre de personnes qui consomment de l'héroïne, selon une étude de l'Office fédéral de la santé publique 35 000 héroïnomanes ou consommateurs occasionnels, et des 85 000 personnes environ qui consomment du cannabis au moins une fois par semaine selon l'Enquête suisse sur la santé 2007, il ne faut pas sous-estimer l'impact de la consommation de drogues sur la sécurité routière. Ce d'autant plus que les usagers de drogues sont aussi peu enclins que les consommateurs d'alcool à séparer radicalement consommation et conduite d'un véhicule.

Le tableau de la page suivante indique les effets majeurs des principales drogues illégales sur l'aptitude à conduire. Contrairement à l'alcool, il n'existe pas de relation évidente entre la quantité de substance décelable dans l'organisme et les effets concrets de celle-ci sur le comportement au volant; il n'est donc pas possible de fixer un taux limite comme pour l'alcool. Un principe vaut néanmoins pour la plupart des drogues: plus la dose est importante, plus les effets sur le comportement en général et sur la conduite d'un véhicule en particulier sont prononcés; à cela s'ajoute une multitude d'autres facteurs subjectifs et environnementaux. Les drogues perturbent non seulement les réserves de capacité qui doivent être mobilisables pour réagir de manière adéquate et rapide en cas de situation particulièrement difficile, mais encore les fonctions de base du cerveau, à savoir les automatismes acquis.



## Fumer des joints au volant: mythe et réalité

Le rôle du cannabis dans les accidents de la route se produisant en Suisse n'est pas suffisamment étudié. Le fait que la consommation de cannabis porte atteinte à la capacité de conduire est en revanche très clair. Il ne fait en effet plus de doute que le cannabis exerce une influence négative sur les aptitudes requises pour conduire un véhicule – et cela vaut aussi bien pour les automatismes que pour les réserves de capacité à mobiliser en cas d'événement imprévu (cf. tableau ci-contre). Mélanger le cannabis à l'alcool et à d'autres drogues est particulièrement dangereux; même à de faibles doses, de tels mélanges peuvent entraver gravement l'aptitude à conduire.

Quand, dans le cadre d'un contrôle de police, une personne est soupçonnée d'être incapable de conduire parce qu'elle aurait consommé du cannabis ou d'autres drogues illégales, elle peut être soumise à un test rapide effectué à partir de sa salive, sa sueur ou de son urine. En cas de résultat positif, une analyse de sang est effectuée. Avec beaucoup de substances psychoactives, le dépistage dans le sang suffit pour établir une incapacité de conduire. Autrement, c'est le principe des trois piliers qui est appliqué: résultat de laboratoire, examen médical et observation ou surveillance de la police.

## Influence des drogues illégales sur la capacité de conduire

<b>Cannabis</b>	La perception et la coordination motrice sont perturbées, le temps de réaction s'allonge, la fatigue se manifeste, les réactions sont plus lentes, les automatismes bien rôdés sont perturbés (particulièrement en situation de stress), les réserves de capacité diminuent, l'attention se porte sur des détails d'importance secondaire.
<b>Opiacés, héroïne, morphine</b>	L'attention et la perception diminuent, les mouvements sont plus lents, le temps de réaction s'allonge, une somnolence et une apathie se manifestent, la vision de nuit se péjore (rétrécissement de la pupille).
<b>Cocaïne</b>	Le conducteur surestime ses capacités, alors qu'en réalité elles sont diminuées. La concentration et l'attention faiblissent, l'irritabilité, l'agressivité augmentent et la désinhibition s'installe. Les pupilles se dilatent, ce qui diminue l'adaptation à une lumière vive (éblouissement). Lorsque les effets se dissipent, ils font place à la fatigue, voire à l'épuisement.
<b>Amphétamines, méthamphétamines</b>	Perte du sens des réalités et mauvaise appréciation des situations, la propension à prendre des risques augmente, les pupilles sont dilatées et ne réagissent pas à l'éblouissement. Lorsque les effets se dissipent, ils font place à la fatigue, voire à l'épuisement.
<b>Entactogènes (ecstasy)</b>	La propension à prendre des risques augmente, les capacités diminuent, la confusion augmente et la désinhibition s'installe. Lorsque les effets se dissipent, ils font place à la fatigue, à l'épuisement et à des difficultés de concentration.
<b>Hallucinogènes</b>	Confusion, hallucinations, problèmes de coordination, perte du sens des réalités. La faculté d'attention peut diminuer au point de disparaître complètement. Lorsque les effets se dissipent, ils peuvent faire place à l'épuisement.

## Amendes et sanctions

Dans la loi révisée sur la circulation routière, la conduite sous l'influence de stupéfiants est définie comme une «infraction grave» et sanctionnée comme telle, ce qui la met sur le même plan que la conduite d'un véhicule avec une alcoolémie de 0,8 pour mille. En plus d'une peine privative de liberté ou pécuniaire, le contrevenant se verra retirer son permis de conduire pendant au moins trois mois. Conformément à la gradation des peines prévues dans le nouveau système, les sanctions sont aggravées en cas de récidive. Lors d'une dépendance aux drogues, le permis de conduire est retiré pour une durée indéterminée (retrait de sécurité).

Comme pour l'alcool, les assurances peuvent déposer, en cas d'accident lié à la consommation de drogues, des recours contre les assurés et les contraindre à rembourser les frais engagés, dans certaines circonstances des sommes très élevées.



## Médicaments et circulation routière

Comme pour les drogues, on sait peu de chose du rôle joué par les médicaments dans les accidents qui se produisent en Suisse. En 2008, les statistiques officielles chiffrent le nombre des accidents (ayant fait des victimes) causés «sous l'influence possible de médicaments» à 120. L'influence des médicaments dans les accidents de la route n'ayant fait jusqu'à présent l'objet que de peu de contrôles, les conséquences de leur usage pourraient en réalité être plus graves. Beaucoup de personnes en Suisse consomment des médicaments. Dans l'Enquête suisse sur la santé de 2007, environ 500 000 indiquent, par exemple, avoir consommé un tranquillisant ou un somnifère au moins une fois dans la semaine précédant l'enquête. Une estimation des années 1990 indique qu'en Suisse environ 170 000 personnes ont une consommation problématique de médicaments aux effets psychoactifs, la plupart d'entre elles prenant à long terme des tranquillisants et/ou des somnifères. Or, même des médicaments non soumis à ordonnance peuvent contenir des principes actifs qui se répercutent négativement sur la conduite d'un véhicule. Une grande partie des personnes qui prennent des médicaments ont un permis de conduire. Le danger potentiel que cela implique, pour certains groupes de population, notamment les personnes âgées, est probablement considérable, tout en étant largement sous-estimé.

Le fait de prendre des médicaments n'influence cependant pas forcément négativement la capacité de conduire, certains d'entre eux permettant même à des personnes malades de conduire en toute sécurité. Pour un grand nombre de substances actives, on a néanmoins mis en évidence des effets préjudiciables (cf. tableau ci-après). C'est essentiellement le cas des médicaments qui agissent sur l'état psychique, comme les

somnifères, les anxiolytiques ou les antidépresseurs. Mais les médicaments contre la douleur, l'hypertension, les allergies, la maladie de Parkinson, les crampes musculaires, les maux de voyages et la toux peuvent eux aussi entraver sérieusement les facultés de concentration et de réaction. De plus, certains médicaments sont susceptibles de diminuer l'acuité visuelle.

Lorsque les effets des médicaments sont renforcés par d'autres facteurs comme par exemple des problèmes de vue, la fatigue ou encore le stress, le risque augmente à tous les niveaux. En outre, des études ont montré que certains médicaments ne doivent en aucun cas être pris en même temps que de l'alcool ou d'autres drogues, leurs effets négatifs se potentialisant de façon imprévisible. La prise simultanée de plusieurs médicaments peut, elle aussi, avoir des effets inattendus qui réduisent drastiquement la capacité de conduire et augmentent ainsi le risque d'accident.



## Influence des médicaments sur la capacité de conduire

Somnifères et tranquillisants	Somnolence, augmentation du temps de réaction, réduction des capacités psychomotrices, apathie, troubles de la concentration, mais aussi états d'excitation
Antalgiques	Léthargie, somnolence, euphorie
Autres analgésiques	Vertiges, nausées (surtout en cas de surdosage)
Médicaments contre l'allergie (antihistaminiques)	Somnolence, léthargie, états d'excitation possibles
Médicament contre les maux de voyage	Somnolence et allongement du temps de réaction
Relaxants musculaires	Temps de réaction allongé, somnolence et réduction des capacités psychomotrices
Antiépileptiques	Effet soporifique, temps de réaction allongé, réduction des capacités psychomotrices. En cas de changement de dosage, modifications importantes de l'état général possibles
Médicaments contre l'hypertension	Allongement du temps de réaction, troubles de la concentration, somnolence En cas d'usage de vasodilatateur: maux de tête, vertiges et troubles circulatoires
Médicaments contre la toux	Allongement du temps de réaction et somnolence
Médicaments contre l'hyperglycémie	Du fait d'un sous-dosage ou d'un surdosage passager, la glycémie peut s'avérer trop élevée ou trop basse. La vision crépusculaire et l'acuité visuelle peuvent être diminuées
Diurétiques	Diminution de la capacité visuelle. Dans des situations de stress, hyperventilation possible
Médicaments entraînant une dilatation ou un rétrécissement de la pupille	Réduction de la vision crépusculaire et de l'acuité, risque d'éblouissement en cas de pupilles dilatées
Cortisone	Limitation de l'acuité visuelle
Neuroleptiques	Réduction des capacités psychomotrices et perturbation de la faculté de concentration
Antidépresseurs	Troubles circulatoires, diminution de l'acuité visuelle, tendance à être vite fatigué, surestimation des capacités
Stimulants et médicaments coupe-faim agissant sur le cerveau	Tendance à surestimer ses capacités et brusques accès de fatigue
Lithium	Au début du traitement surtout, allongement du temps de réaction, tremblements et nausées
Médicaments contre le syndrome de Parkinson	Certaines substances peuvent allonger le temps de réaction, fatigue possible
Médicament contre la diarrhée	Certaines substances peuvent allonger le temps de réaction, fatigue possible
Substances anesthésiantes	Réactions après une narcose (pouvant se manifester durant 48 heures): léthargie, allongement du temps de réaction, somnolence
Médicaments à base de plantes contenant de l'alcool	Lors de la prise de doses importantes, les effets de l'alcool se font sentir

### La conduite sous l'influence de médicaments constitue aussi une infraction grave

Aux termes de la loi sur la circulation routière, le principe de tolérance zéro frappant la consommation de drogues illégales ne s'applique pas aux médicaments (autorisés) – pas plus qu'à l'alcool consommé en petite quantité.

Les risques possibles de la consommation de médicaments sont cependant explicitement pris en compte dans la loi et la conduite sous l'influence de médicaments fait donc l'objet de contrôles et, le cas échéant, de sanctions.

En l'absence de tests rapides possibles et de taux limites précis, le principe dit des trois piliers est appliqué: l'aptitude à conduire sous l'effet de médicaments est déterminée à l'aide des observations réalisées par la police, une expertise médicale et une analyse du sang.

Lorsqu'une incapacité de conduire est constatée, elle est considérée comme une «infraction grave», qui sera sanctionnée en tenant compte du degré de gravité de l'infraction et du fait qu'il s'agit d'une première infraction ou d'une récidive. La sanction minimale sera en l'occurrence une peine privative

de liberté ou une peine pécuniaire, de même qu'un retrait du permis d'au moins trois mois, les sanctions augmentant progressivement en cas d'infractions répétées ou de délits cumulés.

En cas d'accidents, des réductions de prestations de la part des assurances sont là aussi possibles.

Lors d'une dépendance aux médicaments, le permis de conduire est retiré pour une durée indéterminée (retrait de sécurité).

## Prévention

La prévention de la conduite sous l'influence de l'alcool, des médicaments ou des drogues doit intervenir à différents niveaux. Elle doit porter une attention particulière aux diverses substances et à certains groupes cibles.

### Niveaux de prévention

Les dispositions légales et les sanctions prévues en cas d'infraction sont des mesures de prévention particulièrement efficaces. On sait en effet qu'elles exercent une influence notable sur le comportement des conducteurs, surtout lorsqu'elles sont appliquées avec détermination.

Ce n'est pas seulement la probabilité de la sanction, mais aussi la pertinence perçue de la mesure prise qui poussent les conducteurs à se conformer aux règles établies. L'information et l'éducation routière sont donc des aspects importants de la prévention. Lorsqu'une personne est bien informée des effets des substances psychoactives, elle a tendance à mieux se conformer aux règles établies. Faire de la prévention, c'est aussi inciter les conducteurs de véhicules à réfléchir aux situations de consommation et aux comportements à risque ainsi qu'aux possibilités de les changer.

Une réflexion critique de la part des conducteurs de véhicules à propos de la consommation de substances psychoactives peut être introduite très tôt dans l'éducation routière. Il convient d'influencer les attitudes et les comportements non seulement à l'école et dans la famille, mais aussi dans la formation dispensée en vue de l'obtention du permis de conduire. Des campagnes destinées à un large public peuvent également contribuer à la prévention.

### Toutes les substances ne doivent pas être traitées de la même manière

Le travail de prévention doit être différent selon qu'il s'agit de l'alcool, des drogues illégales ou des médicaments.

**Alcool:** le taux limite d'alcool dans le sang de 0,5 pour mille se fonde sur les résultats de la recherche sur les accidents. A partir de ce taux, le risque d'accident de la route augmente notablement. Il convient donc de retenir ceci: avant de conduire, il faut s'en tenir à un seul verre de boisson alcoolique, le second pouvant être le verre de trop. L'aptitude à conduire étant déjà influencée par un taux inférieur à 0,5 pour mille, la meilleure règle de prévention est la suivante: lorsque l'on conduit, on s'abstient de boire de l'alcool.

**Drogues illégales:** indépendamment du fait que la consommation de ces produits est interdite, il faut savoir que les effets de ces substances ne sont pas compatibles avec les exigences régissant la conduite d'un véhicule. C'est pourquoi la législation prévoit la tolérance zéro en la matière. A l'aide d'informations et de mesures d'éducation, la prévention doit agir ici sur les comportements des usagers de la route. Compte tenu de sa prévalence de plus en plus élevée, la consommation de cannabis constitue à cet égard un défi particulier.

**Médicaments:** en ce qui concerne les médicaments, les buts de la prévention dépendent de différents facteurs:

- Pour certaines maladies, les médicaments permettent aux personnes touchées de recouvrer leur aptitude à conduire.
- La prise de certains médicaments diminue fortement l'aptitude à conduire.
- Une dépendance à des médicaments met fondamentalement en cause la conduite d'un véhicule.

Il appartient donc en premier lieu aux médecins d'évaluer la capacité de conduire de leurs patients et de les informer en conséquence. Les pharmaciens jouent aussi un rôle important. En agissant ainsi, les professionnels de

la santé contribuent grandement à la prévention des accidents. Il est par conséquent important de les sensibiliser et de les former à cette tâche.

### Principaux groupes cibles

Les comportements à risque sont particulièrement le fait de jeunes conducteurs de sexe masculin. La prévention doit donc leur accorder une attention particulière et la formation à la conduite peut jouer un rôle important à cet égard. Depuis le 1<sup>er</sup> décembre 2005, les jeunes conducteurs sont tenus de suivre une formation complémentaire visant à réduire le nombre d'accidents dans ce groupe d'âge. Dans le cadre de cette formation on traite, entre autres, le problème des substances psychoactives. En outre, les titulaires du nouveau «permis de conduire à l'essai» entré en vigueur en 2005, font l'objet de mesures sévères en cas d'infraction au cours de la période probatoire.

Il serait aussi souhaitable d'appliquer à ce groupe particulier une tolérance zéro en ce qui concerne l'alcool. Cela vaut en principe pour tous les conducteurs inexpérimentés, car, du fait qu'ils disposent encore de peu de réserves de capacité, même une très petite quantité d'alcool peut déjà provoquer chez eux une diminution importante de la capacité de conduire. Pour ces gens-là, le message de prévention doit être le suivant: renoncez à toute consommation d'alcool quand vous prenez le volant! La prévention doit les inciter à recourir à des alternatives s'ils n'entendent pas s'abstenir de toute consommation. Lors de chaque soirée, on peut par exemple désigner un conducteur qui renoncera à boire de l'alcool. Cette mesure de réduction des dommages doit s'accompagner d'une information sur les effets de l'alcool dans la circulation routière.

Plus de matériel à l'adresse:

[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)  
[librairie@addictionsuisse.ch](mailto:librairie@addictionsuisse.ch)

Pour les conducteurs qui ont déjà été sanctionnés pour consommation d'alcool, de médicaments ou de drogues, il convient de réduire le risque de récidive. Outre la sanction, ils doivent suivre une formation complémentaire et, dans certains cas, se soumettre à des consultations spécialisées ou à un traitement. Les médecins jouent un rôle important dans la prévention des accidents de la route sous l'influence de substances psychoactives, en informant les personnes présentant une consommation à risque et en prenant, le cas échéant, l'initiative de suggérer un retrait de sécurité (provisoire) du permis de conduire, pour les personnes dépendantes en particulier.

La population globale reste un public cible important de la prévention, car une grande partie des accidents sont causés par des personnes qui ont occasionnellement trop bu alors qu'elles consomment de l'alcool de façon modérée le reste du temps. Le renforcement des contrôles de police, notamment de nuit durant le week-end, ou les contrôles de l'air expiré même en l'absence d'indices d'alcoolémie contribuent de manière déterminante à la sécurité routière.

L'attitude critique de la société vis-à-vis de la conduite sous l'emprise de l'alcool, de drogues ou de médicaments joue, elle aussi, un rôle important. Il est donc indispensable d'organiser des campagnes de grande envergure sur ce thème.

## La prévention concrètement

### Recommandations à l'intention des conducteurs de véhicules

#### Alcool

- Renoncez en principe à boire de l'alcool, si vous prenez la route. Il existe de nombreuses boissons sans alcool que vous pouvez déguster! Si vous en buvez quand même, tenez-vous en à un seul verre.
- Lorsque vous sortez en groupe, entendez-vous pour savoir qui va conduire. La personne désignée ne boira pas d'alcool. Décidez-le à l'avance. Après, vous risquez de ne plus avoir la tête à ça.

#### Si vous buvez de l'alcool:

- Prenez les transports publics ou un taxi!
- Rappelez-vous que l'alcool ne s'élimine que très lentement de l'ordre de 0,1 à 0,15 pour mille à l'heure et que rien ne permet d'accélérer ce processus.
- Tenez compte du fait que vous ignorez tout de la teneur en alcool de certains mélanges.
- Même en petite quantité, le mélange d'alcool et de médicaments ou d'autres substances modifiant l'état de conscience peut entraîner une limitation imprévisible et particulièrement grave de la capacité de conduire.

#### Drogues illégales

- La consommation de drogues illégales comporte toujours des risques – pas seulement sur la route.
- Si vous ne renoncez pas à en consommer, veillez à ne pas conduire. En conduisant un véhicule sous l'influence d'une drogue, on met en péril sa propre sécurité et celle des autres et on encourt une sanction.
- Souvenez-vous que l'aptitude à conduire reste souvent limitée même lorsque l'on a l'impression que les effets des drogues se sont dissipés.
- Si vous consommez régulièrement des drogues, vous êtes régulièrement dans un état qui présente un risque pour la sécurité routière.

#### Médicaments

- Si vous conduisez, discutez avec votre médecin pour savoir si les médicaments que vous prenez impliquent une mise en danger de la sécurité routière.
- Si vous prenez des médicaments, conformez-vous à la prescription établie par votre médecin.
- Evitez de consommer simultanément de l'alcool, des drogues et des médicaments, car de tels mélanges peuvent entraîner des effets imprévisibles.

### Recommandations à l'intention de l'entourage

- N'incitez jamais une personne à boire ou à consommer des drogues – surtout lorsque cette personne conduira un véhicule.
- Lorsque vous recevez des invités, motivez la personne qui conduit à ne pas boire d'alcool, ni à consommer des drogues.
- Ne montez pas dans un véhicule avec des personnes qui sont sous l'influence de l'alcool ou d'autres drogues. Prenez les transports publics ou un taxi.