

tatlıları yemekten daha akıllıca olduğunu bilmektedirler, fakat yine de kendilerine bu bildiklerini uygulamaları çok tuhaftır; akciğer kanserini bilen ve bu yolda uyarılan sigara tiryakilerinin de olduğu gibi. Ağız tadı ve zevk verici nedenlerin yanında akılcı nedenler daima güçsüz kalmaktadır.

Onun için her parça çikolatayı, her yudum limonatayı veya dondurmaya lanetlemek pek yarar sağlamıyor. Tat alma da nihayet yaşamın bir parçasıdır. Ancak tat almanın sağlık için tehlikeli veya yaşamı tehdit edici olması halinde, onu dizginlemek gereklidir.

Uyarıların ve yasakların yarar sağlamadığı durumlarda, tüketimlerinin özendirilmesi gereken

besin maddeleri daha tat verici duruma getirilmelidir. Şekerli maddeler yemenin doğuracağı sakıncalar, örneğin ağız hijiyeni veya içme suyunun klorlanması yolları ile önlenebilir. Tatlılarda, serinletici meşrubatta ve pastalarda şeker yerine geçici maddelerin kullanılması durumu düzeltebilir. Diğer yönden bu bile bile kendini aldatma, yüksek düzeyde tatlı maddelerin tüketilmesine ve bu da yeni sorunlara yolaçabilir.

Biz her şeyden önce, sevimli fakat sağlığımızı giderek tehdit eden büyüleyici şekerli akıllıca tüketmesini öğrenmek zorundayız.

BILD DER WISSENSCHAFT'dan

Çeviren: A. Turgut UZER

BİR JAPON TANSİĞİ

Yedi Yılda Ölüm Oranı Yarıya İndi

Derleyen **Nizamettin ÖZBEK**

Japonya yedi yıllık bir sürede, trafik güvenliği alanında örnek bir başarı sağlamıştır: 1970 yılında trafik kazalarındaki ölü sayısı 16.765 iken 1977 de bu miktar 8.945'e düşmüştür. Buna karşın aynı süre içinde motorlu taşıt sayısı 18.5 milyondan 32.5 milyona yükselmiştir. Söz konusu gelişmenin hiç de büyüğü bir yanı yoktur, bütün iş 1970 de idarece ele alınarak bugüne kadar direşme ile izlenen bir takım iyi ayarlanmış güvenlik önlemlerine dayanmaktadır.

Yol Yapımı: Yol yapımı için büyük ödenekler konmuştur. Örneğin 1976 da bu maksatla 33 milyar mark tutarında ödenek ayrılarak bunun, yaklaşık yüzde otuzu güvenlik önlemleri için öngörülmüştür. Örneğin, 20.000 km. uzunluğunda bir bisiklet yolu ağının yapımı bunun içindedir (1970 yılına kadar, bisiklet yolundan hepten habersiz bir ülkede) Ayrıca, Geçiş kolay kavşaklar (Kinderfreundliche Kreuzungen) ve üst geçitler yapılacaktır.

Hız sınırı: Japonya'da son derece sert hız sınırlamaları yürürlükte: Meskün yerlerde hız saatte 40 Km. yi geçemez; Karayollarında en yüksek hız saatte 60, oto yolda ise 100 Km. dir. Bu da çok sıkı biçimde denetlenmektedir; aykırı davranışlar için kesilen para cezaları ise çok yüksektir.

Alkol: Onlarda da genellikle bizdekilere benzer uygulamalar göze çarpmaktadır: Kandaki ve soluktaki alkol miktarının saptanması için doğru çalışan araçlar kullanılması, para cezasından, ehliyetnamenin geri alınmasına kadar giden önlemlerin, memleketimizdeki kadar geniş çapta alınması türünden koruyucu kontroller... Japonya'da, ölümlü kazaların yüzde on biri alkolden ileri gelmektedir.

Kontrol: Japon polisi personelinin yüzde 15 ini trafikte kullanmaktadır. Trafik polisinin elinde 2.000 radar arabası 26.000 tane de, yukarıda sözü geçen soluk deneme aracı vardır. Her yıl aşırı hız yüzünden ele alınan yürütülen işlem sayısı beş milyon dolayındadır.

Ehliyetname puvanlamaya göre işlem görür ve puvan kaybede ede hepten yürürlüğünü yitirir. Her yıl 1.5 milyon trafikten men, 56.000 ehliyetname geri alınması görülmektedir. Her yıl trafik cezalarından yarım milyar mark elde edilmekte ve hepsi de trafik güvenliği işlerinde kullanılmaktadır.

Ehliyetname: Ehliyetname almak isteyen bir Japon bizdekinin iki katı tadar zaman ve yuvarlak hesap 2.000 mark kadar da para harcamaktadır. Kırk ders saatından 17 si kural olarak pratiktir.

Öğretim materyeli en yeni öğretici bilgileri içermektedir.

Motosiklet: Motorlu iki tekerlekli kaza-lara ortanın üstünde katılması nedeniyle silindir hacmi 700 santimetre küpten fazla olan motosikletler yasaklanmıştır. Silindir hacmi 400 santimetre küpten yüksek bir motosiklet kullanmak isteyen kimsenin özel bir sınavdan geçmesi gerekmektedir; bu da çok güç bir sınav olup 1976 da ancak 475 kişiye kullanma izni verilmiştir. Hemen hemen 12.000 kadar Japon bu çok istenilen izin belgesi için başvurmuştur.

Bir Japon ancak bu güç aracı kendi memleketinde öğrendikten sonra bir Avrupa gezisine çıkmaktadır.

Kamyon: Bir araba parkı buldurmak isteyen her firma bir güvenlik görevlisi atar; bu da kurum şoförlerine düzenli geliştirme kursları düzenler ve görevlilerin güvenlik kurallarına uymalarına dikkat eder. Yaya larla bisikletlilerin korunması için tedbirli bulunmak her kamyoncunun ana görevidir.

OTOYOL HİPNOZU

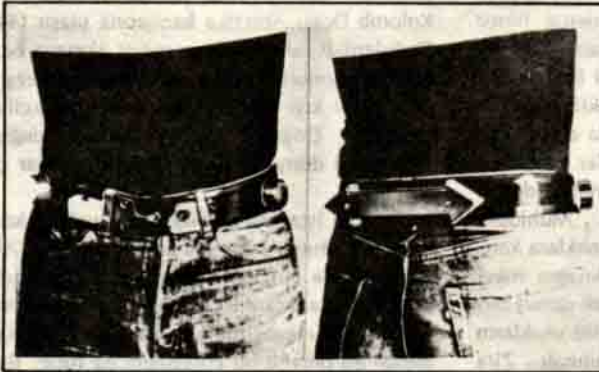
Bir şoför ivedi olarak New York'tan Los Angeles'e gitmektedir. 4.500 Km. lik bir yolu kısa zamanda alması gerektiğinden, geceleri de saatlerce araba kullanır. Üçüncü gece, birden, yolun ortasında, karşısına bir gökdelen dikildiğini görür. Binaya bindirmemek için güçbela bir fren

yapar. Telaşa arabadan dışarı fırlayınca, binanın kaybolduğunu görür. Yolun üzerinde kendi arabasından başka bir şey yoktur.

Birleşik Amerika Devletlerinde bu türden birçok olayın meydana geldiği ve bu olaylarda aşırı derecede yorgun şoförlerin yolda hiç var olmayan şeyler görerek bunlara gerçekmiş gibi tepki gösterdikleri bildirilmiştir. Bu görüntüye "Kara-yolu Hipnozu" (Özellikle yeni yapılan süper otoyollarındaki uzun yolculuklarda beynin hipnotik paralizisi durumu) denilmektedir.

Bostonlu Psikolog Prof. A. L. Mosley Harvard Kamu Sağlık Okulu (School of Public Health) için bu türden yüzlerce olay incelemiştir. Prof., şoförün tüm uyku ile uyanıklık arası bir duruma girmesi anında Hallusimasiyenlar (Kuruntular) meydana geldiğini bildirmiştir. Yolculuk, bilinç altında sonuçlanmaktadır. Böylece, bilgine göre, kendisini zorunlu bir neden, yani, düşsel bir engel aramaktadır. Engel olarak çok kez bir adam değil de cansız bir nesne seçmektedir. Ayrıca, bilinç-altı durumundaki kişinin, insanın otomobilin önünden kaçacağını bileceği belirtilmektedir. Bu bakımdan büyük ve yerinde dimdik duran bir yapı düşlemektedir.

Hipnotik görüntüden kaçınmak için aşırı yorgunluktan sakınmak; uygun vakitlerde dinlenmek eğlence olanağı (radyo aramak) salık verilmektedir.



YANIP SÖNEN İŞIKLI KEMER

Bisikletliler, gezginler ve bisikletle okula gidip gelen öğrenciler için bu, gerçekten parlak bir buluş: pille çalışıyor ve aralıkla yanıp sönerek yön gösteriyor. Ayrıca bir de güvenlik yansıtıcısı var, bu da özgün bir maddeden yapılmış olup birçok kazayı önleyebilecek nitelikte.