

关注 @ 周口晚报

电动自行车时速不得超过25公里

新标准明年4月实施

电动自行车的“安全指标”有了新的强制规定。国家市场监督管理总局、国家标准化管理委员会近日批准发布了390项国家标准,涉及公共安全、社会民生、提升产品质量等多个方面。其中,新修订的《电动自行车安全技术规范》强制性国家标准,调整完善了最高车速、整车质量、脚踏骑行能力等技术要求,最高车速由每小时20公里调整为25公里。

“新标准坚持了电动自行车的非机动车属性,增加了防篡改、防火性能、阻燃性能、充电器保护等技术要

求”,国标委相关负责人介绍说,其中规定电动自行车须具有脚踏骑行能力、最高设计车速不超过每小时25公里、整车重量(含电池)不超过55公斤、电机功率不超过400W、蓄电池标称电压不超过48V。而此前的电动自行车标准是最高车速20公里/小时、整车重量(含电池)40公斤、电机功率240W。

近年来,电动自行车在便利生活的同时,逐渐变得越来越大、越来越重、越来越快,部分指标严重“超标”。例如,目前实际使用中部分电动自行

车最高车速超过40公里/小时;整车重量超过70公斤。这些产品性能上接近或达到电动轻便摩托车,引发的交通事故时有发生,造成了大量的人员伤亡。

专家表示,新的《技术规范》合理设定了最高车速、整车质量、外形尺寸等关键技术指标,实施后既能有效满足出行需求,又能减少对其他车辆和行人出行的干扰。

此外,《技术规范》还补充和完善了电动自行车的防火、阻燃、充电器保护等方面的要求,实施后不仅能够

有效降低电动自行车发生火灾事故的风险,一旦起火后还能够延缓车辆燃烧蔓延速度,为人员逃生和外部施救争取更多的宝贵时间,尽可能减少人员伤亡和财产损失。

国标委表示,《技术规范》将于2019年4月15日起正式实施。2018年5月15日至2019年4月14日为过渡期。《技术规范》正式实施后,不符合《技术规范》的产品,不得生产、销售、进口。

热搜指数:★★★★★

动情火:老年代步车经常走机动车道,存在较大安全隐患。

岁月如梦:这个规定好!

贾漫画:早就该治理治理了。坚决支持!

mia san mia:我的电动自行车肯定坚持不到明年4月份了。以后就用自行车代步了,锻炼身体又低碳环保。

左右左:好多人的电动自行车上都加装有遮阳伞,这样会遮挡骑车人视线,容易造成交通事故。

我心飞翔不事张扬:电动自行车新国标再有11个月就要实施啦!利好消息!

腾飞中国:大力发展公共交通!刻不容缓!

玲子:非常赞同。

海蛇:严加管理电动自行车,好得很。

我在听你说:电动自行车最高时速不得超过25公里,这个规定好!

匠心:支持!

安然:电动自行车不遵守交通规则的情况较为突出,易引发严重交通事故。得好好治理!

长江:电动自行车就应该走慢车道。

飞长虹:电动自行车的“安全指标”有了新的强制规定!给力!

照一照:新修订的《电动自行车安全技术规范》明年4月15日起正式实施。非常期待。

LIY:电动自行车被封为“国民代步神器”,一点也不为过呀!

营长的兵:好消息!坚决支持!必须支持!



服务 @ 周口晚报

紧握拳头30秒 测测身体好不好

举起你的左手或右手放于胸前,攥紧成拳头坚持30秒后,打开手掌。打开后,手掌白白的颜色是马上消失呢,还是会短暂停留?当紧紧握拳时,会压迫到手掌的血管,而这样的挤压动作会阻断血液系统流通,因此手掌会变成白色。变成白色的手掌,若能马上恢复原来的肤色,就表示血管健康。但是,如果需要10秒以上才能恢复的话,就说明血管很可能出现了问题,要小心动脉硬化和“三高”问题。

抓住加速血管老化的“凶手”

“四高”饮食堵血管 高糖、高油、高脂、高盐这“四高”饮食,可以说是血管的头号天敌,它们增大高血压风险,也容易导致胆固醇、血脂等附着于血管壁上,造成动脉硬化,导致血管不畅通。

吸烟、吸二手烟,血管易变硬 有研究表明,吸烟人群动脉硬化发病率明显高于非吸烟者,且前者动脉硬化程度明显加重。澳大利亚的一项流行病学调查显示,吸二手烟对血管内皮的损伤,比自己抽烟还要严重。

所以,吸烟不仅是自己的事。自己吸烟还会害了家人,尤其是孩子。

运动少,血管“垃圾”多 久坐影响血液循环,可能引起肥胖等问题,间接促发高血压,加重冠心病。长期不运动,血管内的“垃圾”逐渐积累,易形成粥样硬化斑块。适当运动有助增强血管弹性,帮助清理血管“垃圾”。

老熬夜,累坏血管 长期熬夜增加心血管压力,易造成血压升高、心率加快。如果连续休息不好,加上情绪焦虑,血压波动大,可能诱发脑卒

中(中风)甚至猝死。

血管喜欢4个好习惯

想让血管年轻,除了避开以上几个因素,还应养成几个好习惯。

吃点血管“清道夫” 除了坚持均衡饮食,多吃新鲜蔬果,警惕“四高”食物,还可适当多吃燕麦、荞麦、新鲜紫色果蔬(如紫甘蓝、蓝莓、葡萄、紫薯、茄子)、深海鱼(如三文鱼、金枪鱼)、大蒜、洋葱等食物,有助疏通血管,并保持血管壁的弹性。

醋也有助软化血管、降低血脂,可以适当多吃。

持续运动不偷懒 英国研究发现,长期、持续的运动,能明显改善心血管病患者的血管功能,甚至还能预防心脑血管复发。

很多心脑血管专家都是坚持锻

炼的高手,例如著名心血管专家胡大一教授坚持“日行万步”十余年,在西藏阿里高原地区时也不间断。慢跑、快走等缓和的锻炼,适合多数人。

定期洗牙护血管 美国哥伦比亚大学研究发现,口腔细菌可诱发动脉硬化,增加患心脏病风险。牙周病患者发生心梗的几率是常人的2.7倍。

因此,大家一定要关注口腔卫生,每天早晚刷牙,每次3分钟,饭后别忘漱口,成年人每年都要洗牙。

适当喝茶少喝酒 喝绿茶有助增强血管柔韧性、弹性,预防动脉硬化。不提倡饮酒护血管,大量饮酒易升高血压,导致心房颤动、脂肪肝、肝硬化,严重时甚至可引发猝死。

热搜指数:★★★★★