

春季行车极易春困 勿靠咖啡或浓茶提神



民警表示,受前段时间雾霾天气的影响,高速公路上交通事故的发生率有所上升。警方提醒,雾天在高速公路行车,首先应全面检查灯光。出车前,注意检查车辆灯光是否完好,如果在行驶过程中发现有灯光不亮,应立即到高速公路服务区或在驶离高速公路后进行检修。特别是防雾灯,发现起雾后要及时开启灯光。当能见度在200米至500米时车速不要超过80公里;能见度范围在100米至200米时车速不超过60公里;能见度只有50米至100米时车速不能超过40公里。能见度小于50米的特浓雾,通常会采取局部或全路段封闭的管制措施。雾天在高速公路行车不要急刹车。有时浓雾会突然降临,驾驶员应尽快打开雾灯、示宽灯、尾灯,不要猛踩或快松油门,更不要紧急制动或急打

方向盘。路况、天气状况不好时更应留意信息,按交通标志行驶。

另外,出行前和旅途中要注意收听广播,留意观察高速公路的电子情报板和收费站出入口的交通信息提示,不要在主车道上滞留,以免造成拥堵导致追尾事故。

春天来了,驾驶员在高速公路行车时容易“春困”,为此,驾驶员在行车时应少开空调。开空调易造成车内氧气不足,导致脑缺氧而降低警觉程度。车内可放置含薄荷、百合花香味的香水,有助于提神。此外,不要借助咖啡或浓茶提神。咖啡和浓茶只能带来一时的兴奋,但不能使你清醒地观察路面、做出正确的反应,而且短暂的兴奋之后是持续的抑制状态。

饮食调剂也能在一定程度上降低“春困”

的威胁。春天阳气生发,辛甘之品有助于升阳,温食有助于护阳。因此,建议适度进食姜、葱、韭菜,宜常吃黄、绿色蔬菜,如胡萝卜、菜花等。出行前最好不要大量食用牛奶、香蕉、莴笋、肥肉及含酒精类的食物,此类食物易使人产生疲倦感。

超过4小时未休息扣12分

新交规于今年1月1日正式实施,高速公路交通违法行为记分也有所变化。

民警提醒,驾驶营运客车在高速公路车道内停车的由原来扣6分变为扣12分,作为营运客运车辆驾驶人,要为广大乘客负责,发生紧急情况请先将车辆停至应急车道内。

驾驶中型以上载客载货汽车、校车、危险物品运输车辆在高速公路、城市快速路上行驶超过规定时速20%以上或者在高速公路、城市快速路以外的道路上行驶超过规定时速50%以上,以及驾驶其他机动车行驶超过规定时速50%以上的由原来只扣6分变为扣12分。

疲劳驾驶,害人害己。新规规定连续驾驶中型以上载客汽车、危险物品运输车辆超过4小时未停车休息或者停车休息时间少于20分钟的由原来扣6分变为扣12分。

关于新手上高速公路新规明确,实习期内驾驶机动车上高速公路时,必须由持相应或者更高车型驾驶证3年以上的驾驶人陪同。但按照法律不溯及既往的原则,只有在2013年1月1日起申请或增驾取得驾驶证的,才执行公安部123号令有关实习期的管理规定。对于之前取得驾驶证,到2013年1月1日后实习期未结束的,仍可以单独驾驶机动车上高速公路,但必须粘贴实习标志。

(据人民网)

开车遇到地震 如何求生

开车遇地震怎么办

1. 马上找空旷的地方停车。当驾车行驶时突然感觉到有地震,而又处于城市道路或周围没有宽阔地可以临时躲避,应立即打开双闪应急灯,减速停车,将车停至空旷地带。

2. 车旁有高的建筑物,应该趴在两台车缝隙之间。如在停车场遇到地震,而这个停车场周围又是高楼林立,需立即下车,在两车之间的位置抱头蹲下或卧倒,这样当建筑物倒塌的时候,垮下的较大物体会先压在车上,减少直接撞击人身的几率,两辆车之间的空隙可以成为你救命的空间,增加存活机会。

3. 注意避开桥梁和隧道。地震时不要进入长桥、隧道、立交桥等设施,如已进入则要尽快离开。如地方路面下陷或者发生其他危险,车辆要及时停下,车内成员立即离开车辆,寻找附近安全空旷的地方避难。

4. 车辆若仍在行驶中,车内人员让自己尽量固定。地震发生时,如乘坐的车辆还处于行驶中,坐在座位上的乘客要系上安全带,将胳膊放在前坐席的椅垫上,护住身体倾向通道,两手护住头部。

地震后开车注意事项

地震过后,尽量不要在围栏、墙壁、平房、电线杆附近停车,防止倒下时砸坏你的车。地震结束后,有些地方的地面会出现裂纹或鼓包,因此在驾车时要更加留意路况,不要开快车。有的地方地面会下陷,如果你的车已经下陷,就应该立即离开车辆,寻找附近安全的地方临时避难,汽车再宝贵也比不上你的一条命。如果你已经离开车辆,并且在公共场所避难,不要惊恐,防止人多而导致拥挤。这时需要的是镇静,定下心来寻找出口,不要乱跑乱窜,尽量寻找开阔地进行避难。

(新华)

广告