

# 冬季开车容易犯困 分享几条防范小技巧

进入冬季，车内开空调很暖和，穿得厚厚的窝在车里特别容易犯困，但是开车犯困可是十分危险的事情，下面就与车友分享几条防困的小方法。

## ●睡充足 吃水果 按穴位

吃完饭半小时后再开车。因为吃完饭需要血管输送更多的氧分来消化，脑袋自然会显得供氧不足，愈发困乏，俗称“饭醉感”。多吃富含维生素的水果和蔬菜，如橘子、杏、大白菜、苹果等。开车前最好不要大量食用牛奶、香蕉、莴苣、肥肉及含酒精类具有催眠作用的食物。

穴位按摩防犯困。按压位于虎口部位的合谷穴、位于手部的劳宫穴、面部的太阳穴、耳后的风池穴以及鼻唇沟的人中穴各1-2分钟，出现酸、麻、胀的感觉即可，这些穴位都有抵御困意的能力。驾驶人甚至还可以买个按摩器放在车内，当有困意时，停下车来，借助按摩器，彻底放松5分钟、10分钟，这或许比睡上半个小时还解乏。

开车时尽量不要用吸烟、喝浓茶、浓咖啡等方式来提神，特别是长途驾驶。因为这些方式只能带来一时的兴奋，而短暂的兴奋之后是持续的抑制状态。

适度地用冷水洗脸可刺激皮肤。或者下车望蓝天白云、看绿树芳草。

## ●多光线 常开窗 听音乐

尽量让车内通透明亮，开车犯困时少戴墨



镜。

行车途中适当地打开车窗吹吹凉风、透透气，空气不流通更容易让人产生疲劳感。

在车内摆放柠檬或薄荷味道的熏香，有助

于春季里保持清醒头脑。嗅嗅清凉油、花露水，对消除犯困有一定帮助。选一些能振奋人心的音乐，也可伴随音乐的主旋律唱唱，以保持清醒。

(据新华网)



完整的车辆档案会起到关键作用。

## 以次充好 偷梁换柱

**【事由】**赵先生的车子两个月前被刷花了，去某修理厂修理，没想到修理工给用的是国产漆，却收了900元进口漆的钱。结果，还没到两个月，漆就掉了。

**【点睛】**关键配件选正厂，要签订维修合同并索要发票。使用假冒的零配件，会使汽车早期机器损坏，严重的可能导致部分机器报废。所以，车主在维修时，一定强调让他们在关键部位使用原厂配件，而且完工后一定要在凭证上注明使用的是什么配件。建议签订汽车《维修合同》。修车后一定要索要汽修行业统一正规发票，并要求附上结算清单。

## 暗箱操作 偷工减料

**【事由】**王先生的车辆里程快到8万公里了，路边店说发动机要大修，花了4000元，王先生还觉得很便宜。可回来不久，车辆就出现故障，到专业4S店才发现，路边店做的，只是处理一下气门油封老化和活塞环磨损、卡死等小毛病，根本没有大修。

## 工时免费只是诱饵 教你如何防汽修骗术

**【点睛】**现场查看，擦亮眼睛仔细核对。在修理前就要确认，没必要做的不要做，在修理中，人要到场查看。此外，一定要索要汽车维修施工单，并仔细核对各个维修项目及价款，学会看维修结算单，最后记得索要发票。对于发动机、变速箱等关键部位一定要到正规4S店，建议车主尽量不要选择路边店。

## 免费诱饵 暗渡陈仓

**【事由】**魏女士的车一直在同一家店做保养，店内员工说长期在此修理，可享受VIP待遇，免工时费。但她五一开车回老家，在老家做了回保养，结果发现花的钱比以前还少。她仔细看了记账单才发现，原先保养时的配件费用都比其他地方高，这样一来，免去的工时费也就又交回去了。

**【点睛】**维修费用花样多，收费标准要盯牢。在修理之前，了解一下汽车维修企业的收费标准很重要。而且，在行业管理部门的要求下，维修单位必须将一般修理项目的收费标准明示给客户。如配件加价率（最高限额）出厂价+25%、批发价+12%、进口配件+30%。零售进货配件不允许加价，但允许收取适当的代购手续费。一般不同项目费用需要不一样的注意事项。

## 制造故障 越修越坏

**【事由】**李女士的车没有买商业保险，在一次自己全责的交通事故中，车辆前保险杠被撞脱落，到路边店维修时，被维修工人动了手脚，谎称发动机及其他线路也有故障。由于她对汽车维修知识一窍不通，被迫换了好几个零件，结果被狠宰了一刀。

**【点睛】**尽量投保，要么积累修车知识，要么只选择正规4S店。选择诚信的汽修厂最重要，不要轻信路边小店。如果平时不注意积累修车知识，那么，还是尽量上全商业保险。出了事故或是故障，还是去正规4S店吧，尽管价格略高，但毕竟质量诚信有保障，因为安全最重要。

(据《中国质量报》)

## 穿雪地靴开车易卡脚 车上应备双运动鞋

冬季，有很多人会选择穿着雪地靴保暖。然而由于雪地靴外形较大、笨重厚实，穿雪地靴驾车时，会出现脚底感觉不灵敏的情况。而当右脚快速转换油门和刹车时，很容易出现被卡现象。

随着天气逐渐转凉，不少市民都换上了雪地靴，针对一些报道中提到雪地靴在行驶过程中存在着安全隐患。为此，记者前往某驾校进行了实地测验，发现在行驶的过程中，穿着雪地靴的确会影响驾驶的安全性。

### 驾校抽样

### 穿雪地靴驾驶易卡脚

近日，记者来到了某驾校的训练场地，选择了10名学员，分成两组，5名穿着雪地靴，5名则穿一般的平底鞋进行了练车测试。通过测试发现，在行车过程中，穿雪地靴开车的确存在一些隐患。“雪地靴比较厚重，每次踩油门和刹车时，感觉很吃力。”一名学员告诉记者，在行驶过程中，由于穿着雪地靴，操作时，按照平时刹车和油门的力度，不能很好地操作汽车。而另一名学员则告诉记者，在穿雪地靴行驶时，右脚切换油门和刹车时，由于雪地靴外形较大，因此在快速转换时，脚有被卡现象。“刚刚转换时，脚被卡了一下，还好只是练车，要是真的上路，还不晓得会发生什么。”对于另外5名穿平底鞋的学员则表示在测试中，刹车油门转换未受到影响。随后，记者换上雪地靴亲自体验，发现在行驶过程中，由于雪地靴笨重厚实，踩刹车和油门时，脚底感觉不灵敏，也出现了卡脚情况。

该校教练告诉记者，冬天来临之时，一部分学员已经换上了雪地靴，但雪地靴底子厚、笨重，因此会对行车造成一定的影响。“从最开始的平底鞋到厚重的雪地靴，即便是适应了这个过程，但雪地靴的宽度超过了油门和刹车，有时一不留神就会卡脚，目前，穿雪地靴开车的安全隐患问题还没有上升到明文规定，我们只是提醒学员在行车过程中不要穿雪地靴。”

### 交警提醒

### 冬季保暖安全更重要

雪地靴的保温功能是值得肯定的，但近年来，穿雪地靴引发的一些交通事故不容忽视。“一般车辆的油门踏板会比刹车要低一些，而且雪地靴比较笨重，在驾驶员行驶的过程中，一旦出现紧急情况，很容易造成雪地靴踩不到刹车或是被卡住的现象，容易造成安全隐患。”一交警大队民警说。

为此，交警部门温馨提示，在行驶过程中，驾驶员应避免鞋子不适而引发安全事故。除此以外，冬季来临，不少车主为了保暖，会给方向盘配备一些装饰，在驾驶座位上也会配备一些保暖的垫子，尽管能保温，但或多或少会影响到车辆的操作。在此，提醒车主们，冬季来了，保暖重要，安全更重要。

### 温馨提示

开车最好是穿布鞋，运动鞋也可以。如果没有布鞋或者运动鞋，尽量穿平底或是鞋底较软的鞋子。冬天天凉的时候，可以买一双布鞋或运动鞋放车上，开车的时候穿，平时穿别的。

(据《华西都市报》)

