

第 13 章：

## 勿做事宜



可能影响您驾驶的主要因素：

- 酒精，
- 麻醉品（处方和非处方），
- 疲惫和困乏，
- 道路斗气或其它挑衅方式。

以上一个或多个因素均将：

- 影响您的判断，
- 降低您对危险做出反应的能力和避开危险的能力。
- 导致您注意力不集中，以及
- 使您成为安全降低、考虑不周的司机。

### 酒精

酒精是交通事故的主要因素，可能导致死亡和受伤。

即便少量的酒精也会影响您的判断和驾驶能力。

#### 记住

最佳建议是切勿酒后驾车。您能在羞耻中生活吗？

若您在处于以下状态时尝试驾车或控制机动车辆，则为犯罪行为：

- 每 100 毫升血液中含酒精 80 毫克，
- 每 100 毫升尿液中含酒精 107 毫克，或者
- 每 100 毫升呼吸中含酒精 35 微克，

在您超过法定限制之前，没有可靠的方法来判断您能够喝多少。

根据法律，司机可能需要在警察局进行吹气采样。警察有权安排采集血液或尿液样品，并请人分析以检查酒精含量。当司机案件转交法庭之后，这些化验的结果可被用作证据。



## 酒后驾车处罚

如果您被判定酒后驾车，您将被禁止驾车。禁驾的最短期限取决于您的酒精含量。其它可能的处罚包括高额罚款和监狱服刑。

酒后驾车的判定会在许多方面影响您的生活。一旦判定，您的名字可能在报纸上公布。您**必须**立即建议您的保险公司，这将影响未来的保费。由于您将被禁驾，您有可能**必须**告知家人，朋友和雇主。

## 麻醉品

当处于某些麻醉品影响下时，驾车属违法行为。如果警察怀疑您在麻醉品影响下驾车，他们可以逮捕您。然后，将采集您的血样或尿样，以检验是否存在任何麻醉品（处方或非处方）。如果确实存在药物，您可能被判定在麻醉品影响下驾车。

## 司机疲惫和困乏，

您不应在疲惫或困乏时驾车。睡眠不足的司机，对自己和其他道路使用者构成威胁。

如果您感到疲劳并正在抵御睡意的侵袭，您很可能正在经历“打瞌睡（micro sleep）”。这些阶段可能持续长达 10 秒，甚至在您睁大双眼时也会经历。

即便在只有四秒的瞌睡期间，车辆会在失控状态下行驶 110 米（超过一块足球场的长度）。

过去，疲劳驾驶曾经导致司机睡着，失去对车辆的控制，并导致严重伤害，甚至死亡。

疲劳或困乏驾驶并不违法。但是，如果您失去对车辆的控制并导致碰撞，您会被起诉。



给困乏司机的建议：

- 切勿在睡意侵袭时驾车，
- 停车并小睡 15 分钟（设定手机上的闹钟），
- 若要真正充分利用您的休息，在小睡之前摄入一些咖啡因（150 毫克咖啡因，例如 2 杯咖啡），
- 在小睡之后，呼吸一些新鲜空气，伸展腿部，

通过遵照上述所有建议，您**应该**能够再驾车一个多小时。

- 您**必须**时刻掌控您的车辆。
- 您**必须**能够随时安全地停止您的车辆。

### 记住

如果您正感到十分困乏，那么唯一的解决方案就是睡觉。

## 道路斗气和挑衅性驾车

作为司机，如果您在道路上与人斗气，这意味着您的愤怒已经失去控制，这可能导致针对另一名司机的恐吓或暴力。

挑衅性驾车是考虑不周的愚蠢驾车方式。这可能涉及超速、紧随（在另一辆车后距离其太近），没有使用换道指示灯，在车流中鲁莽地穿梭，以及过多使用喇叭或闪烁头灯。

如果另一名司机正尝试激怒您，不要反应。不要被诱使突然加速、刹车或转向。这可能导致碰撞，或使其它司机认为您在与他们对抗。相反，保持冷静，集中注意力驾驶，以安全地完成旅行。务必牢记安全是您第一要务。

将任何事故报告给当地警察局或联系交通监管 (Traffic Watch)：Lo-Call 1890 205 805。

