

# “一念之间”！出大问题！

来源：谢钰婷 发布时间：2025-11-11 21:06:50

打电话、玩手机、刷视频

吃东西、弯腰捡拾物品

抽烟、化妆、整理头发

你开车时做过这些事吗？



不经意的小动作



其实隐藏着巨大的安全隐患

它们有一个共同的名字

分心驾驶



↓↓↓

别让分心“蒙蔽”了

你用来看的双眼！！

分心驾驶 危在瞬间

10月21日凌晨，金某驾驶一辆重型半挂牵引车沿沪陕高速西向东行驶至988公里附近，因倦意来袭，他低头翻找香烟，视线离开路面仅几秒，车辆便偏离车道撞上护栏。事故造成车辆及道路设施受损，万幸的是未造成人员伤亡。

10月18日7时许，沪陕高速西向东961公里处，一辆重型半挂车辆驾驶员行驶途中分心驾驶，车辆脱管偏离车道，导致车身与应急车道护栏发生刮蹭，车辆与护栏受损，所幸未造成人员伤亡。

分心驾驶的危害

一、驾驶员无法及时反应在正常驾驶时，遇到突发状况如前车突然刹车，驾驶员能在几秒内做出反应。但分心驾驶时，反应时间会明显变长，导致不能及时刹车或避让，增加追尾、碰撞等事故的风险。

二、容易偏离车道驾驶员在分心时，会无意识地让车辆偏离原本的行驶车道，这极易引发与相邻车道车辆的碰撞，或者在车辆较多的道路上造成交通混乱。

三、影响判断决策分心驾驶使驾驶员难以准确判断车距、车速和路况等，不能对交通信号、其他车辆和行人的动态做出正确决策，从而导致交通事故。

如何避免分心驾驶？

以下方法需牢记

行驶前

提前熟悉车辆的性能和相关设备。

提前调整所有的机动车控制设备和后视镜、收音机频道等。

提前查看地图，并运用导航设备提前规划出行路线。

行驶时

避免使用手机接听电话、收发短信，如需手机通话，可以将车停在安全区域后再操作。

避免抽烟、吃东西或者喝水，不要与乘客进行复杂或者情绪激动的对话。

此外，可以选择尽早出发，为自己预留足够的时间。

来源：信阳高速公安

点分享

点收藏

HTML版本： [“一念之间”！出大问题！](#)