

开坏一辆车后，才明白保养不是勤换机油就行的，都是吃亏换的经验

来源：萧惠萍 发布时间：2025-11-13 13:47:47

我曾坚信勤换机油就是爱车的最高待遇，结果我的车在第六年就开始闹脾气——发动机噪音增大、油耗飙升，甚至一次长途旅行中差点抛锚。维修师傅的一句话点醒了我：“车不是保养坏的，是瞎保养搞坏的。”

原来我掉进了“过度保养”的陷阱。

01 过度保养的陷阱，太多车主中招

很多人以为保养越频繁越好，殊不知这可能是在伤害爱车。调查显示，超过77%的车主曾遭遇“过度保养”，尤其是驾龄不足3年的新手。

就像那位每跑1万公里就换火花塞的车主，结果发动机噪音变大，油耗增加。老师傅指出：新火花塞需要和发动机磨合，频繁更换反而干扰正常工作。



机油也不是换得越勤越好。有位老司机原来半年换一次机油，听信“勤换更护车”后改为每月一换，结果发动机噪音变大，密封圈严重老化。事实上，城市用车每半年或8000公里换一次机油就足够了。



02 保养不只是换机油，全面关注才是关键

汽车保养的核心是让发动机充分燃烧，而不仅仅是更换机油。机油只保养了润滑系统，而发动机还有进气系统、燃油系统等多个关键部件。



空气滤清器如果堵塞，会导致进气不足，燃油无法充分燃烧。燃油滤清器堵塞则会引发燃油供应不畅。这些都会影响发动机的性能和寿命。

真正懂车的车主会定期检查刹车油、冷却液、变速箱油等液体。同时也会关注轮胎胎压、刹车片磨损情况等细节，而不是只盯着机油。

03 读懂保养手册，避开商家套路

许多车主从新手到“老驾”，却从未看过保养手册。而这份手册其实是你爱车的“使用说明书”，详细列出了每个部件该何时保养、如何保养。

商家常通过短信或电话提醒车主保养，但这些提醒往往是为了增加营业收入。一位懂车的朋友分享了他的应对之道：“我直接根据自己判断做选择，不盲目听从4S店建议。”

车门胶条、后视镜轴承、车窗导轨等小部件也需要定期保养，但方式很简单——每半年喷一次专用润滑剂即可。保养的关键不是“多”，而是“会保养”。

04 养成良好驾驶习惯，延长爱车寿命

除了定期保养，良好的驾驶习惯同样重要。激烈驾驶、频繁急刹车、超载行驶都会加速车辆零部件的磨损。

长期短途用车或长时间停放也会伤车。车辆长期不用会导致发动机老化、刹车系统锈蚀、油路堵塞等问题。如果长时间不开车，每周至少启动一次，让发动机运转一段时间。

轮胎保养不仅关乎油耗，还直接影响安全。每月检查一次胎压，确保在厂家推荐范围内。同时注意轮胎磨损情况，每行驶1万公里进行一次轮胎换位，均匀磨损。

那位每1万公里就换火花塞的车主，最后发现自己的爱车发动机噪音越来越大；而那位每月更换机油的车主，则发现密封圈提前老化。养车就像照顾孩子——少了担心，多了操心。

HTML版本： [开坏一辆车后，才明白保养不是勤换机油就行的，都是吃亏换的经验](#)