

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 图书基本信息

书名：《摩托车道路驾驶宝典》

13位ISBN编号：9787115229601

10位ISBN编号：7115229600

出版时间：2010-8

出版社：人民邮电出版社

作者：豪赫

页数：265

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 内容概要

《摩托车道路驾驶宝典》内容突出了摩托车驾驶安全的重要性，从理论知识到实践经验，全面讲述了摩托车驾驶，摩托车弯道技术，摩托车行驶中的注意事项，摩托车制动技巧，摩托车长途行驶中的各种危险及应对办法，摩托车集体出行注意事项等。对国内摩托车驾驶人员提高驾驶安全意识，提高摩托车驾驶技巧，增加摩托车驾驶人员对突发情况的应急处理等具有极强的参考性。是一本实用性极强的图书。

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 书籍目录

第一章 山谷中的驾驶危险 山路的危险 关于禁忌的话题 你的驾驶技术如何 统计数字  
避免不利情况 我没看见你 第二章 摩托车动力学 两轮摩托车行驶平衡原理 摩托车弯道  
运动的原理 摩托车减速制动的基本原理 避免“恐慌性制动” 第三章 弯道的行驶策略 转  
弯驾驶的习惯 关于入弯线路 选择合适的入弯速度与入弯位置 练习作业 第四章 城市交  
通安全 城市交通特点 急转弯的各类交叉路口 城市交通安全 市郊行车策略 城市主干  
道的行车策略 警惕野蛮的汽车司机 避险行为 第五章 来自路面的危险 注意前方的路面  
驶离公路 要命的鹿 关于凶猛的宠物 第六章 特殊天气与特殊情况驾驶策略 雨天驾驶摩  
托车策略 应对突然降雨的策略 酷热天气驾驶对策 大风对行车的影响 遭遇冰冷气候的  
应对办法 夜间行车注意事项 行驶在道路白线上 在道路白线上行驶的注意事项 第七章  
摩托车团队旅行 摩托车载人和载物必备常识 加载行李 边斗和三轮摩托车 结束语

## 章节摘录

喝了几口水后慢慢缓过来，我开始责怪自己，刚才没有在最后160km行车中注意身体发出的警告，伴随身体不适，腿部抖动的提示：“身体极度缺水，危险！”。回想从早晨喝过咖啡到中午前几乎没有进过水，导致腿抽筋、头痛、恶心、作呕等一系列反应出现，完全是体内缺水和过热造成的。由于过分关注行车里程而没有想到在酷热天气下的行车策略，使得持续上升的气温和两倍于平常的酷热对身体造成了极大的伤害，终于导致急症发作。我曾经从俄勒冈州到加州翻越海拔1219m的西斯凯犹山（Siskiyou Mountains），山上很凉爽，向山下行进160km之后进入萨克拉门托峡谷，就像进入一个大锅炉里，到达奥罗维莉（Oroville）时气温达到48℃，前面到马利布萨（Mariposa）还有240km沙漠公路，继续行车必须采用沙漠旅行方式。那一次我做了充分准备，穿戴好了专用裤子、夹克、绝热皮手套，戴上浸过凉水的毛巾，穿上透风速干针织内衣服装。因为在熔炉一样酷热的天气里，必须保护裸露在外的皮肤，行车中须不断用浸过凉水的毛巾围上脖子和下巴。一路上座在空调汽车里和空调快餐店的人多用异样的眼光看着我，他们不会理解在48℃的室外还有人穿着厚重的服装。在公园停车场恢复体力后才想起，自己的反应是在气温变化和影响下，人体的各部位的连锁反应。因为人体不会忍受体温大幅下降和大幅上升。人体感觉热就会出汗、血管扩张，同时伴有心跳加快和血压下降，一般人体的反应是下面的情况。

反应一，出汗排汗蒸发体内热量是通过皮肤和服装表面。是将皮肤表面的热传导致空气中，排汗的过程就降低了皮肤表面的温度，促使体内产生这一化学变化的大部分是水，排汗过多再不及时补充水，造成体内缺水使身体开始不适。回想我当时出汗过多而没有及时补充水，应该每小时补充一些水，而不是只在早晨喝两杯咖啡。再说碳酸饮料也不是好的选择，应该带上足够的水并及时补充，在长途行车中应该携带水囊并且用一根吸管不断吸水来保证体内的正常水分。

反应二，血管扩张当人体发热并且体温开始上升，血管扩张加快血液循环而带走体内多余热量并传到皮肤上，在气温稍高于体温的情况下，排汗可以帮助人体降温（把多余热量蒸发到空气中。如果蒸发太快又体内缺水，变干的皮肤会从空气中吸收热量，致使血管扩张、血流加快并将更多的热带回体内。

反应三，心率和血压心率增快导致体温升高和血管扩张，心脏不断向扩张的血管泵血，体温升高伴随着心率比平时增快50%~70%。如果体温继续升高，血液流动将肌肉和大脑产生的热传导至皮肤表面之后使血压下降。由于体温调整带走了大量的热，导致我头痛、腹部剧烈疼痛，上肢无力，两腿发抖，并头昏眼花，幸好在昏倒之前到达休息区。

反应四，热痉挛体温过热引起肌肉痉挛，通常首先发生在腿部和腹部，也可以影响到上肢和肩部。这种状况预示人体严重缺水，电解平衡被破坏，如同摩托车电池里的水被蒸发完而不能向发动机提供电。对热痉挛必须有足够重视，体内水分补充不及时身体会有反应。补救办法是立刻找阴凉地休息，补充水分并采用按摩抽筋部位的肌肉的办法来缓解痉挛，如果症状不减轻可将半茶勺食盐兑入饮用水，然后每15分钟喝半杯，在一小时内连续四次饮淡盐水。……

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 精彩短评

- 1、这个书比较全面，适合摩托车手阅读学习。
- 2、国内关于摩托车驾驶安全的书太少，没什么选择的余地
- 3、安全方面的内容很实用很值得用心去看，只是关于推胎压弯的内容写的很模糊，并且有些观点与弯道圣经相悖，毕竟日常驾驶和专业赛道有很大的区别
- 4、帮朋友买的，纸张不错，彩图
- 5、看全第一。看这个比买保险更能体现对生命负责任。
- 6、不错的书，建议你也买一本看看~~不错的书，建议你也买一本看看~~不错的书，建议你也买一本看看~~
- 7、适合摩托车友友看的好书
- 8、摩托车爱好者名符其实的宝典，国内没有人对此研究这么细致
- 9、好好好好书，
- 10、研究得够细
- 11、是一本摩托车爱好者的首选，书中每一个内容之前都有一个事故案例，然后再分析阐述驾驶技巧。非常好的一本书！
- 12、书整体感觉很厚重，纸张也挺好的，里面图片非常好，很生动直观，内容也详实，值得推荐的一本书，爱好摩托车驾驶的朋友，应该读读！
- 13、不少安全驾驶经验 翻译的太烂
- 14、先买本书了解一下，收到手上感觉还可以。纸质挺好的，是外国人写的，很详细，要是国人对待这类事情也有这认真劲就好了。
- 15、写得啰嗦了点，和中国国情还有一点差距，但还是有用的，不后悔。
- 16、非常好！建议摩托车驾驶员都看看
- 17、送之前我忍不住看了一下，讲的很好很多。

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 精彩书评

1、不少安全驾驶经验有点实用价值就是翻译太烂看的头大好多语句都不通顺的整体一般般吧没有特别深的印象抱歉，你的评论太短了抱歉，你的评论太短了抱歉，你的评论太短了抱歉，你的评论太短了抱歉，你的评论太短了抱歉，你的评论太短了

# 《摩托车道路驾驶宝典》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)