即時發佈：2015 年 3 月 5 日　　州長 **ANDREW M. CUOMO**

州長 CUOMO 值夏令時即將到來之際提醒紐約州民眾注意疲勞駕駛之危害

州長 Andrew M. Cuomo 今日提醒紐約州的廣大司機，隨著即將於 3 月 8 日週日淩晨 2 點迎來夏令時，敬請注意疲勞駕駛之危害。依據州長指示，紐約州高速路、I-87 北向及全州其他主要道路沿途的資訊公告欄在早晨上班及下午下班時皆會顯示「Stay Awake, Stay Alive」（保持清醒，珍愛生命），提醒司機注意疲勞駕駛的危害，並藉此作為「睡眠宣傳週」(Sleep Awareness Week)活動的一部份。

「疲勞和分心是馬路上的致命殺手，已導致紐約州發生了太多本可避免的悲劇，」州長 Cuomo 說。「透過「Stay Awake, Stay Alive」宣傳活動，我們呼籲全體紐約州民眾在開車上路前瞭解瞌睡的警示訊號，確保紐約州的馬路對全體公民來說皆是安全的。」

2013 年，全州共報告了 3,244 起因司機開車時睡著而導致的車禍，另有 1,228 起是因司機疲勞/瞌睡導致的。這較之 2012 年已有大幅下降，這一年全州共報告因司機開車時睡著而導致的車禍 3,399 起，另有 1,374 起是因司機疲勞/瞌睡引發的。

New York Partnership Against Drowsy Driving (NYPDD)於 2004 年成立，旨在向公眾和高危人群宣傳疲勞駕駛的危害，防範本可避免的悲劇發生。NYPDD 成員包括來自紐約州州長交通安全委員會(Traffic Safety Committee)、紐約州衛生部(New York State Department of Health)、高速路管理局(Thruway Authority)、紐約州警察局(New York State Police)、機動車部(Department of Motor Vehicles, DMV)、紐約州貨車協會(New York State Motor Truck Association)、紐約州交通安全委員會協會(New York State Association of Traffic Safety Boards)、紐約州搬運工人與倉庫工人協會(New York State Movers and Warehousemen's Association)及紐約州交通部(New York State Department of Transportation)的代表們。

該組織在落實各種疲勞駕駛對策中一直發揮著關鍵作用。相關計畫包括：開展全國首項綜合的疲勞駕駛公眾宣傳活動；修改員警車禍報告以包含新的疲勞駕駛法規；將疲勞駕駛主題整合至紐約州警察局提供的訓練；就疲勞駕駛的風險與預防制定醫學上準確的標準化課程並包含到司機教育課程中；以及由交通部和高速路管理局在州際公路上安裝路肩隆聲帶。

避免疲勞駕駛的常用辦法，如打開車窗、開空調或高聲播放音樂是無法克服疲勞的，而咖啡因亦僅可短時間提高司機的注意力。對抗瞌睡惟一有效的辦法便是找個安全的地方停車

休息，或者夜晚睡好。

州長的公告旨在配合全國睡眠宣傳週。據國家公路交通安全管理局(National Highway Traffic Safety Administration, NHTSA)預計，全國每年報至警局的車禍有 100,000 起，其中多少與疲勞駕駛或司機困倦有關。NHTSA 預計這些車禍每年導致 1,550 人死亡，71,000 人受傷，經濟損失達 125 億美元。

其他因疲勞駕駛面臨較高車禍風險的司機包括商用卡車司機、幼童家長、未接受過治療的睡眠障礙症患者，以及年輕的司機。據紐約州州長交通安全委員會(GTSC)稱，16 至 24 歲的男性司機發生疲勞駕駛引發車禍的比率最高。

據 NSF 每年開展一次的「美國睡眠」調查顯示，約有 60%的美國機動車司機承認疲勞駕駛過，並有 37%承認開車時確實睡著過。睡眠專家表示，打瞌睡的人或僅需幾秒便可入睡。瞌睡的警示訊號包括：難以集中精力、頻繁眨眼或感覺眼皮很重；做白日夢、神志恍惚或思維中斷；難以回憶起最近開過的幾英哩；錯過出口或交通標誌；不斷打哈欠或揉眼睛；頭抬不起來；偏離車道、跟車太緊或撞到路肩隆聲帶；及感覺心神不定、急躁。

機動車司機在開車前應保證有充足的睡眠，並且每兩小時或 100 英哩便休息一會。另建議開長途車時，最好車上能有個伴兒來輪流駕駛。機動車司機不得酒駕，並應瞭解，吃藥或會導致瞌睡及其他副作用。

高速路管理局署理執行主任 Bob Megna 說：「所有司機皆須注意疲勞駕駛之危害，尤其在一年中的這個時候，機動車司機要休息好方能開車。快速路是國內最安全的超級高速路之一，同時我們仰仗司機能夠始終負責任地開車。

DMV 執行副部長 J. David Sampson 說：「雖然報告不全，但瞌睡或疲勞每年會導致紐約州道路上發生數千起車禍，而這些車禍引發的傷亡原本可以避免。機動車司機需瞭解疲勞警示訊號，以避免疲勞駕駛，特別當進入了夏令時。」

衛生部署理部長 Howard Zucker 博士說：「對於個人健康及週邊人的健康和安全而言，合適的睡眠時間至關重要。缺乏睡眠會導致疲勞駕駛，而其危害不亞於毒駕或酒駕。我呼籲全體紐約州民眾皆保證充足的睡眠，從而避免危害自身及馬路上的其他人。」

紐約州警察局局長 Joseph A. D'Amico 說：「疲勞駕駛的巨大危害不遜於超速駕駛、分心駕駛或酒駕。然而，很少人意識到疲勞或瞌睡時開車的危險性。疲勞駕駛每年會導致許多原本不必要的傷亡。紐約州警察局在此呼籲全體司機瞭解疲勞的訊號，做到理性開車。」

有關司機安全貼士與資訊，請造訪 DMV 網站 dmv.ny.gov 或 GTSC 網站 safeny.ny.gov/

###

欲知詳情，請造訪 www.governor.ny.gov
紐約州 | Executive Chamber |press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418