

骑行爱好者心中时刻要有一把“安全锁”

发生在骑行中的两次险情提醒人们在享受骑行乐趣的同时更要注意安全



骑上自行车,约三五好友,穿梭于湖光山色之间,这是极其惬意的事。当前,骑行已经由一种出行方式,逐渐转变为集休闲、时尚、健身等多种特性于一体的运动项目。然而,当各式自行车竞相涌上街头,安全也成为骑行爱好者必须要正视的问题。近日,在石家庄就发生了两起因骑行出现的险情。石家庄交警也提醒骑行爱好者:在享受骑行乐趣时,千万别忽略了可能发生的风险。

□本报首席记者 南开宇



■越来越多的市民喜欢上了骑行。 本报首席记者 南开宇 摄



■骑行爱好者与跑者发生碰撞,热心市民在旁救助。(受访者供图)

事件

高温天骑行 30 公里中暑

近日,一名骑行爱好者骑行途经元氏县北正乡时,因天气炎热、体力不支,出现中暑症状。元氏县公安局北正派出所民警收到报警求助消息后迅速出警,在民警的救助下这名骑行爱好者转危为安。

事情发生在7月18日16时。元氏县公安局北正派出所民警在巡逻时接到报警人的求助电话称,他在褚家庄村附近感到身体不适,急需帮助。接警后,民警确认了报警人求助位置,便立即带上急救物品、药品前往救援。到达现场后,只见一名男子瘫坐在路边,面色苍白,浑身已被汗水湿透。旁边地上,倒着一辆山地自行车。

民警询问了报警男子的身体状况,通过培训学来的专业应急救护知识,初步判断该男子存在中暑症状。民警为其提供了解暑药品和饮用矿泉水,同时将其带到空气流通的阴凉处休息。

据报警男子介绍,他是一名骑行爱好者,当天是从石家庄市桥西区出发,一路骑行至元氏县骑者岭,一路骑行了30余公里。因身体突感不适,他选择向民警求助。经过20多分钟休息,在确认这名骑行爱好者身体状况平稳后,民警又联系上男子的家人,并将其送至装院路与家属汇合,在确保其安全后民警才放心离开。

“现在正值伏天,外出骑行锻炼大家也要注意防暑,骑友们出门时最好随身携带防暑降温物品和药品,以备不时之需,如遇到紧急情况,请及时拨打120或向公安机关求助。”民警提醒道。

清晨骑行爱好者和跑者相撞

7月29日,石家庄市正定县的冯师傅在滹沱河边骑行时,见到一位跑者与一位骑行爱好者相撞,事故造成双方受伤,但骑行爱好者明显伤情更重,现场昏迷不醒。有着4年骑行经历的冯师傅感慨:“运动是好事,但更应该将安全排在首位。”

据冯师傅介绍,事情发生在7月29日清晨6时5分左右。“我当时在子龙大桥东侧的滹沱河南岸景观道骑

行,一路向东走,就看到前方围了不少锻炼的路人,地上有两名女士,一位跑步的女士坐在地上,一位骑行爱好者倒在地上,旁边还有一些飞溅的血迹。”冯师傅说,骑行的女士明显伤势重些,现场该女士昏迷不醒,对于路人的呼唤完全没有反应。

“我到时也就是两人刚发生碰撞,听其他人说,骑行的女子速度较快,和跑步的女士撞上时急刹车,人翻下了车,头部摔在地上。她幸亏戴了头盔,否则后果不敢想象。”事故引来一些人围观,一名骑行爱好者上前为昏迷的女士扇风。冯师傅通过昏迷女士的手机,联系上她的孩子。一旁,一位穿白衣服的热心男士帮忙拨打了120,还前往路口引导120急救人员找到现场。

8月2日,记者再次联系冯师傅获悉,昏迷女士的家人前一天刚刚联系过冯师傅,希望了解更多事故现场情况。“我当时就拍了一段短视频,就是为了给自己救人留个证据,据她家人说,那位女士昨天刚醒过来。”冯师傅介绍说。

有着4年骑行经验的冯师傅认为,这起事故不知道谁的责任大,但骑行爱好者在路上骑行时应该把速度都慢一些。“早晨6点的河边景观道上人很少,大部分是骑行爱好者,如果速度慢些,也可能不会伤得那么严重。”冯师傅说。

建议

慢一点可以让骑行更安全

自行车若在速度快的情况下突然变向,留给旁边路人的反应时间很短,因此很容易造成交通事故。资深骑行爱好者张先生表示,在骑行时,需要准备一套专门的骑行装备。如头盔、眼镜、手套,这几样非常有必要。尤其是头盔,在摔倒时可以保证我们的安全,这个是最重要的。

张先生告诉记者,进入伏天以后,不少骑行爱好者会选择开启“夜游模式”,夜骑时的装备也很必要。“夜骑时,特别是夏天蚊虫很有可能钻进眼睛,一副眼镜可以挡风挡蚊虫。另外,夜晚骑行安装前后尾灯是非常必要的。现在尾灯很智能,像自行车在刹车时,它会变得高亮,可以提醒后面的车注意前方有人在减速刹车。”张先生说。

张先生表示,骑行中,与骑行爱好者要保持一定的安全距离,这一点却常常被一些初学者忽视。特别是夜骑时,昏暗的环境下,如果跟车太紧,可能会导致视线受阻,反应时间不足。一旦前方出现突发状况,过近的车距很可能会引发连锁碰撞,造成不必要的伤害。“骑行爱好者应该保持警觉,在没红绿灯的路口或拐弯时,务必要左右张望,在确保安全的情况下再继续骑行。”张先生说,在享受骑行带来的速度与激情时,合理控制车速是保障安全的重要原则。

此外,下坡时车速会较快,骑行爱好者这时千万要控制车速。如果看到前方有转弯,最好把速度降下来。不能急刹,采用点刹才不易摔倒。

提醒

请为自己的安全在心里加把锁

记者注意到,今年以来,石家庄清晨或夜晚,骑行的市民越来越多。许多人选择团队出行,认为有老骑手带着,会更安全一些。有着十几年骑行经验的张先生表示,真正的安全不是靠别人来把控,而是要做到自己心中有数。

“自行车属于非机动车,但竞速自行车的速度已经超过了电动自行车。在知乎上就有人提出这样的问题:公路车或者山地车在未来会被认定为机动车或者规范速度上限吗?在城市街道,一些竞速自行车会选择在机动车道狂飙,而在一些城市绿道,原本供休闲散步的行人走路,但现今路人却常常要‘礼让’竞速自行车,使双方的安全隐患大大增加。”张先生感慨道。

“骑行热”离不开城市的快速发展,愈发良好的道路条件不仅方便了人们出行,也让许多骑行爱好者有了更好的体验。在石家庄,滹沱河沿线的景观道在建设时就考虑到了骑行的需求,许多路段都极大方便了骑行爱好者的需求。然而新事物的发展总是超出建设预期,正如竞速自行车发展如此之快,参与人群规模越来越大,这些“快”与“慢”的冲突正开始显现。

就像骑行爱好者张先生所说,骑行虽带来了别样的体验与乐趣,但安全始终是我们不可忽视的底线,只有时刻牢记骑行安全准则,给自己的心里加把“安全锁”,才能尽情享受骑行带来的快乐与自由。