

## 機車安全舒適騎乘 - 騎士穿著的重要性

車輛研究測試中心 試車場部 實車測試課 黃嘉聖

夏日炎炎，騎車出門時短袖短褲穿著拖鞋在馬路上奔馳，既輕鬆又涼快，但是你有沒有發現騎完之後多處曬傷手腳無一倖免，騎沒多久就有一股疲倦感覺得精神恍惚，而且這樣的穿著如果不小心摔倒了肯定是傷痕累累。

上一期的車輛小博士專欄為各位介紹了機車騎士最重要的安全裝備-安全帽，本期的車輛小博士緊接著為機車騎乘的騎士穿著作進一步的介紹及建議，由穿著的重要性引領出機車安全舒適騎乘的樂趣，讓你可以舒適騎車也能兼顧安全喔。

### 基本穿著分類

一般機車騎乘使用的穿著，如下圖所示，除了需要戴上安全帽的頭部之外，其餘部位大概可以分為上半身、下半身、手部、腳部等四個部位分類，以下為您分類介紹各部位適合騎車使用的穿著。



上半身：

基本選用長袖衣物或外加外套，擋風遮陽避雨多功能兼具，保持體溫同時減輕騎車的不適及疲勞感，預算夠的話購置手肘及肩膀背部有保護性的護具衣或皮衣也是不錯的選項。上半身穿著需注意袖子勿過短或過長妨礙雙手操控機車龍頭及把手煞車等，顏色盡量挑選顯眼的亮色或者是有較大面積的反光布料，提升機車整體識別率讓其他路上車輛可以注意到你的存在，確保機車騎乘安全。

下半身：

請選用材質較厚或者牛仔布材質的長褲，若有護具褲或皮褲則是更好的選擇，除了基本的擋風遮陽避雨之外，一旦發生機車摔倒意外時，優良材質的褲子還可以替你承受倒在路面摩擦的傷害，保護你避免下半身大面積擦傷；長褲的褲長勿太短但也不要太長超過鞋子，避免影響停車時腳放下支撐車輛的動作發生停車倒車意外；而女性騎士則避免穿著長裙，因為騎乘機車隨風飄動的裙子容易在行駛中勾到其他車輛或路邊雜物造成危險。

手部：

騎乘機車手部請戴上手套，手掌部位有加厚及防滑設計更佳，可減低騎乘時的把手震動，上半身也因為手套掌部的緩衝比較不容易疲累，材質以布製品或皮製品皆可，選用時需注意戴上手套後的靈活性，以不影響煞車拉桿操作及加減速的油門順暢度為主；而手部通常是在機車摔倒意外發生時，身體會自然反應用力撐起全身重量的部位，故可選用更高等級附有護具的皮手套，多一層保護就多一份安全。

腳部：

你知道嗎？以前騎乘機車穿拖鞋是會被警察先生開單罰款的，雖然法條已經在 1986 年就刪除了，而當初立法的原意就是相當重視騎乘機車穿拖鞋所可能造成的危險性，所以建議騎乘機車時至少穿著有包覆腳後跟及腳踝的鞋子，避免意外發生時鬆脫失去保護作用，同時也能適當保護腳部關節處直接與地面碰撞造成傷害，一般來說布鞋及球鞋都可以使用，如果防護等級要再高一點則可以選擇皮鞋靴子類等硬底鞋面材質有厚度的鞋子，或者是防護性最好的賽車靴，都可以充分提供對腳部的安全防護。

以上針對四大部位穿著的介紹相信大家看完後都有一個疑問，穿這樣騎車不是更熱更累嗎？其實不會的，適當合宜的騎士穿著除可以免除風吹日曬雨淋之外，完整的穿著更會提供騎乘姿勢良好的支撐性，減低騎乘時身體對風壓的抵抗，可以更舒適騎乘機車；而夏天最常遇到的悶熱問題，其實在市面上所販售的騎乘機車專用的衣物也都針對通風及透氣性有良好設計，就連護具或防護皮製品都有網狀設計或是直接多孔打洞避免悶熱，雖然整體來說會多麻煩一點但相對得到的安全性及防護性則是更多。

---

## 騎乘機車小知識 - 體感溫度 THW 指數 (Temperature Humidity Wind index)

夏天吹著電風扇感覺會變涼快，是因為風吹過人體身上帶走熱能使體感溫度降低，而體感溫度 THW 指數是由 1958 年美國的地理學家 Paul Siple 所提出，根據環境氣溫、風的強度簡化出風速對人體的熱流失公式如下：

$$\text{體感溫度} = \text{氣溫} - 2\sqrt{\text{每秒風速}}$$

例：時速 60km/h 的每秒風速約 16m/s，故體感溫度會比氣溫低 8°C

若以更簡化的方式來說，大概是每秒風速增加 1 公尺，體感溫度就約降低 1°C，如果穿著短袖輕薄衣物騎車時，身體大部分都裸露在風中時會感覺寒冷，身體長時間抵抗寒冷容易產生疲勞感，使人無法專心騎乘注意路況，對於騎乘機車在路上的行車安全有相當大的危害，因此適當的選擇騎乘機車的穿著是一項非常重要的一件事，希望各位閱讀此篇文章後可以做出適合你的選擇。