



这时千万别逞强，将车停在休息区，好好休息一下才是最有效的解决方法。而一些有经验的老司机，就会随车携带一款车载充气床，让自己睡得更加舒服，将充气床放在后座，就如同家里的大床一样，非常的舒服。休息一会后，瞬间瞬间充满活力继续上路。

2，听一些劲爆音乐

如果开车时经常犯困，我们在车内放上一些具有刺激性的音乐，音乐的频率不要一直不变，很多师傅都在跑长途的时候都会在车中放一些劲爆的舞曲。但是音乐不要一直开，如果一直开的话还是会引发犯困，适当的开一会关一会。



防瞌睡提醒器，一款利用电子平衡原理工作的装置；该装置佩戴在驾驶员的耳朵上，当驾驶员因在行驶的过程中犯困而头部向前倾斜时，该装置便会发出警报声，打断睡意，唤醒驾驶员并引起警觉，从而避免事故的发生。

4.提神喷剂

在车中常备这样一瓶“冰小柠”提神喷剂，闻一闻便能够马上精神，无论你是开高速、加班的时候都特别好用。相对于风油精的刺鼻味道很容易引起他人不适，溶液多为化学工业品合成，这个冰小柠水果味道清香怡人，采用植物萃取（薄荷、柠檬

、艾纳香、海藻)没有副作用,困的时候喷一点,提神醒脑。