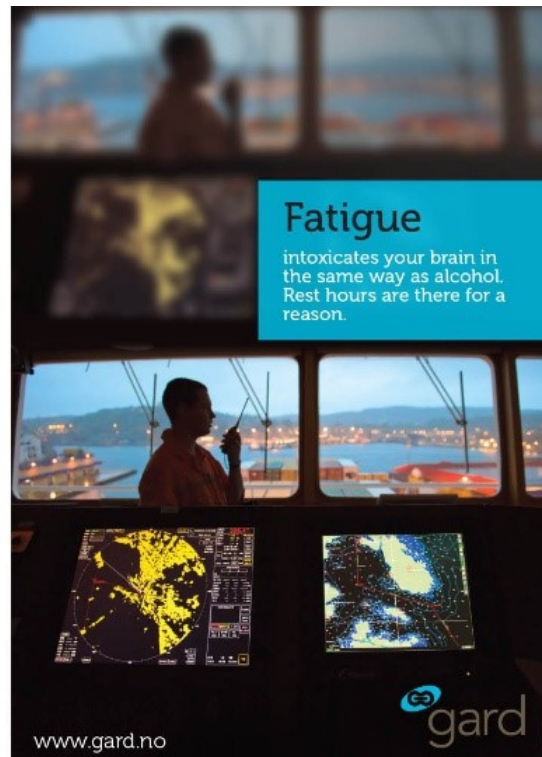


疲勞可危及生命

疲勞或者飲酒——在海上哪個更危險？ 答案是，它們一樣危險。

FATIGUE OR DRINKING ALCOHOL

WHICH IS MORE DANGEROUS AT SEA?



疲勞，又稱過度疲倦或疲乏，可能會影響判斷力、反應時間和工作表現，這與適度飲酒的效果非常相似。我們需要認識到疲勞的危險，並確保有關休息時間的規定不僅僅是紙上談兵。通過把疲勞管理作為我們安全文化的一部分，我們可協助儘量減少事故發生數和死亡人數。

希望瞭解更多情況，請參閱以下內容：

- [疲勞和現代海員](#)，Gard Insight 文章
- [疲勞事故，我們已經聽厭了嗎？](#) Gard Insight 文章
- [國際海事組織疲勞緩解與管理指南](#)，國際海事組織海上安全委員會 1014 號通函
- [疲勞](#)，防損海報