

認識熱疾病

必要時立即就醫

熱衰竭

頭暈、頭痛

大量流汗、皮膚濕冷
無力倦怠、臉色蒼白

噁心嘔吐、心跳加快

熱中暑

意識模糊不清
激動、焦慮、昏迷
體溫超過40°C

呼吸困難

皮膚乾燥發紅
抽搐、無汗

緊急處置



移動至陰涼處躺下
休息並移除不必要
外衣



意識清醒者可給
予冷開水或稀釋
的電解質飲品
(不可含酒精或咖啡因)



使用冷毛巾擦拭
臉部及頸部



必要時送醫進行
醫療評估或處理