

各種熱急症須知

(資料來源：內政部消防署全球資訊網)

一、預防方法：

- (一) 避免於豔陽下長期從事戶外活動，或滯留於密不通風的空間內太久。
- (二) 定期補充水分，必要時補充含電解質之運動飲料。
- (三) 若感不適，應立即至陰涼處休息。
- (四) 避免將老人或小孩單獨留置無空調之家中或車上。

二、處置方法：

- (一) 將病患移至陰涼處，採平躺姿勢休息。
- (二) 解開緊束的衣物，讓病患休息。
- (三) 給病患喝水或含電解質之運動飲料（如有嘔吐情形則避免給予）。
- (四) 對於意識不清之患者，應儘早打 119 求救，並維持其呼吸道通暢。

※各種熱急症之救護技術員執勤注意事項

- (一) 各種熱急症之症狀：

	熱痙攣	熱衰竭	傳統型中暑	運動型中暑
定義	較早出現較輕微的症狀，因暴露在熱的環境中，水分與鹽份流失，造成的肌肉痙攣	在熱環境中，體內水分與鹽分流失過多，身體的循環系統無法維持正常的功能時，呈現休克的狀態	因為長時間陽光曝曬，或處在高溫的環境中，體溫調節機轉失去作用，可能會危及生命	
皮膚	溼熱，潮紅，流汗多，抽筋	濕冷，蒼白	乾熱，膚色斑駁，流汗不多	溼熱，潮紅，流汗多
中樞神經系統	清醒	精疲力竭，虛弱無力，頭暈，頭痛，躁動	暈厥，昏迷，癲癇發作，失序，暴躁	同左
中心體溫		低於 40.6 C (正常到三十八度三之間)	超過 40.6 C	同左
血壓	正常	收縮壓常大於 90 脈壓變窄 常有姿態性低血壓	收縮壓常小於 90 脈壓變寬	收縮壓常小於 90 脈壓變寬

(二) 各種熱急症之處置原則：

將病患離開熱源，解開緊束的衣物，用風扇吹予或開大空調以降溫；若病患意識清楚，可每 15 分鐘給予半杯水喝(如嘔吐則避免給予)，若病患意識不清，則施予生理食鹽水或林格氏液緩慢靜脈滴注；維持呼吸道通暢、必要時給予氧氣，若病患產生休克症狀，以休克處置方式處置，以冰袋放置於病患頸部、腋下及鼠蹊部，予以降溫。

法務部矯正署臺南監獄政風室提醒您