

常見熱疾病種類及處置原則(1/3)

種類	原因	症狀	處理原則
熱中暑 (Heat stroke)	熱衰竭進一步惡化引起中樞神經系統功能失調(包括體溫調節功能失調),使體溫升高,產生急性反應	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 體溫超過40°C ➢ 神經系統異常:行為異常、幻覺、意識模糊不清、精神混亂(分不清時間、地點和人物) ➢ 呼吸困難、抽搦(皮膚乾燥發紅) ➢ 激動、昏迷可能 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 撥打119求救或自行送醫 ➢ 在等待救援時: <ol style="list-style-type: none"> 1. 移動人員至陰涼處並同時墊高頭部 2. 鬆開衣物並移除外衣 3. 意識清醒者可給予稀釋之電解質飲品或加少許鹽之冷開水(不可含酒精或咖啡因) 4. 使用風扇吹以加速熱對流散熱 5. 可放置冰塊或保冷袋於病人頸部、腋窩、鼠蹊部等處加強散熱 6. 留在人員旁邊直到醫療人員抵達
熱衰竭 (Heat exhaustion)	大量出汗引起熱衰竭,易於發生於工作環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 身體溫度正常或微幅升高(<40°C) ➢ 頭暈、頭痛 ➢ 噁心、嘔吐 ➢ 大量出汗、皮膚濕冷 ➢ 無力倦怠、臉色蒼白 ➢ 心跳加快 ➢ 姿勢性低血壓 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 移動人員至陰涼處躺下休息,並採取平躺腳抬高姿勢 ➢ 移除不必要衣物,包括鞋子和襪子 ➢ 給予充足水分或其他清涼飲品 ➢ 使用冷敷墊或冰袋,或以冷水清洗頭部、臉部及頸部方式降溫 ➢ 若症狀惡化或短時間沒有改善,則將人員送醫 ➢ 進行醫療評估或處理

資料來源:勞動部職業安全衛生署高氣溫戶外作業危害預防宣導會

常見熱疾病種類及處置原則(2/3)

種類	原因	症狀	處理原則
熱暈厥 (Heat syncope)	因血管擴張,水分流失,血管舒縮失調,造成姿勢性低血壓引發,於年長者最為常見	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 體溫與平時相同 ➢ 昏厥(持續時間短) ➢ 頭暈 ➢ 長時間站立或從坐姿或臥姿起立會產生輕度頭痛 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 移動人員至陰涼處休息 ➢ 放鬆或解開身上衣物並把腳抬高。 ➢ 通常意識短時間就會恢復,待恢復後即可給予飲水及鹽分或其他電解質補充液。 ➢ 若體溫持續上升、嘔吐、或意識持續不清,則立即送醫。
熱水腫 (Heat edema)	肢體皮下血管擴張,組織間液積聚於四肢引起手腳腫脹,一般暴露在熱環境後	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 手腳水腫 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 通常幾天內會自然消失,不需特別治療,但可能遲至6週才消失 ➢ 可以腳部抬高及穿彈性襪等方式,幫助組織液回流
熱痙攣 (Heat cramp)	當身體運動量過大,大量流失鹽分,造成電解質不平衡	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 身體溫度正常或輕度上升 ➢ 流汗 ➢ 肢體肌肉呈現局部抽筋現象 ➢ 通常發生在腹部、手臂或腿部 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 使人員於陰涼處休息 ➢ 使人員補充水分及鹽分或清涼飲品 ➢ 如果人員有心臟疾病、低鈉飲食或熱痙攣沒有在短時間內消退者,則尋求醫療協助

資料來源:勞動部職業安全衛生署高氣溫戶外作業危害預防宣導會

常見熱疾病種類及處置原則(3/3)

種類	原因	症狀	處理原則
熱疹 (Heat rash)	在炎熱潮濕天氣下因過度出汗引起之皮膚刺激	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 皮膚出現紅色腫塊 ➢ 外觀似紅色水泡或疱疹 ➢ 經常出現於頸部、上胸部或皮膚皺摺處 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 人員盡可能在涼爽且低濕環境工作 ➢ 使起疹子部位保持乾燥 ➢ 可施加痱子粉增加舒適度

資料來源:勞動部職安署高氣溫戶外作業危害預防宣導會