

## 預防熱傷害衛教宣導素材

| 類別  | 名稱                       | 圖示  | QR-code  | 資料來源           |
|-----|--------------------------|---|--|----------------|
| 網頁  | 預防熱傷害<br>衛教傳播專區          |    | <a href="https://reurl.c/c/N01z8n">https://reurl.c/c/N01z8n</a><br>   | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 單張  | 預防熱傷害<br>撇步 123<br>(民眾版) |    | <a href="https://reurl.c/c/jDMbOy">https://reurl.c/c/jDMbOy</a><br>   | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 單張  | 預防熱傷害<br>撇步 123<br>(醫師版) |   | <a href="https://reurl.c/c/y71x8E">https://reurl.c/c/y71x8E</a><br>  | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 手冊  | 高溫？熱傷<br>害？你需要<br>知道的事   |  | <a href="https://reurl.c/c/DAnWre">https://reurl.c/c/DAnWre</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 懶人包 | 熱傷害別來<br>急救 5 步驟         |  | <a href="https://reurl.c/c/n7Zn1l">https://reurl.c/c/n7Zn1l</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 懶人包 | 熱傷害自我<br>保護              |  | <a href="https://reurl.c/c/qLzMEg">https://reurl.c/c/qLzMEg</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |

| 類別 | 名稱   | 圖示   | QR-code   | 資料來源           |
|----|--|--|---|----------------|
| 專文 | 夏日炎炎 6<br>大高危險族<br>群慎防熱傷<br>害！                       | <p>夏日炎炎 6大高危險族群慎防熱傷害！</p> <p>●發布單位：社區健康網</p> <p>●瀏覽數：28288</p> <p>●修改日：2021/08/10</p> <p>●發布日：2021/08/10</p> <p>暑假期間已進入炎熱的盛夏型態，各地持續的高溫，讓民眾發生熱傷害的機會大幅增加，尤其6大高危險族群，更應避免曝曬於高溫之下，並牢記預防熱傷害的三原則：「保持涼爽、補充水分、留意警覺」。</p>  | <a href="https://reurl.c/c/2L4gbm">https://reurl.c/c/2L4gbm</a> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 專文 | 不可忽視熱<br>傷害  | <p>不可忽視熱傷害</p> <p>●發布單位：社區健康網</p> <p>●瀏覽數：4985</p> <p>●修改日：2021/12/21</p> <p>●發布日：2021/09/11</p> <p>●編輯：林和聲醫師(三軍總醫院中環防治中心主任)</p> <p>新聞：109年夏天美國的新聞比往年多，連續發生福利院童屍、北約熱傷老人等的熱傷事件，讓媒體報導一再外溢，提醒民眾應加強預防。熱傷事件以兒童中暑死亡最多，而高溫和乾燥天氣則造成中暑死亡。這些事件顯示熱傷害可造成嚴重的後果。如果夏天高溫和乾燥天氣不斷到訪，那麼熱傷害的威脅，即高溫和乾燥天氣，甚至死亡威脅，則可能出現。熱傷害的嚴重性，對高溫和乾燥天氣的預防，應有較高程度的預防。熱傷害的預防，應包括避免長時間曝曬，避免可飲用、冷熱液體等可預防的熱傷。本文介紹熱傷害的分類、預防建議、預防因子、症狀及預防，再從民眾對熱傷害的了解程度開始討論。</p> | <a href="https://reurl.c/c/N0a6Z5">https://reurl.c/c/N0a6Z5</a> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 專文 | 小心！待在<br>室內也會中<br>暑                                  | <p>小心！待在室內也會中暑</p> <p>●發布單位：社區健康網</p> <p>●瀏覽數：32725</p> <p>●修改日：2021/06/10</p> <p>●發布日：2021/06/10</p> <p>出遊夏季熱熱熱，熱傷害症狀人數驟增，這些個案往往都發生在室內太太陽底下，室內也會發生熱傷害！但是室內又沒有太陽直曬，為什麼也會發生熱傷害呢？小孩發熱中暑，雙腳腳不靈，甚至有長者熱死在涼爽的室內，這是什麼原因？讓我們來為大家說明。</p> <p>事實上，熱傷害的產生原因除了在大太陽下曝曬外，在室內也有可能發生，而造成室內熱傷害的主要原因為空氣不流動，熱氣越聚越多，熱氣越聚越多於熱氣越聚，空間內的熱氣無法排出，導致環境溫度不斷升高，有再加上人體溫度調節不佳，則易發生熱傷害的症。</p>   | <a href="https://reurl.c/c/jDd511">https://reurl.c/c/jDd511</a> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 專文 | 天熱了，提醒<br>您多關心家<br>中的長輩                              | <p>天熱了，提醒您多關心家中的長輩</p> <p>●發布單位：社區健康網</p> <p>●瀏覽數：6509</p> <p>●修改日：2021/09/10</p> <p>●發布日：2021/08/10</p> <p>每年6月起，就是國人黃金季的炎熱夏季，也是對不動長輩，最中環熱環境最危險時期。炎熱夏季的高溫，對老人健康威脅最大，特別是老人即有慢性病或心血管疾病，而熱氣本身無法及時散熱及水分，在炎熱而對老人水分汗水的消耗，造成體內的熱氣無法順利排出，導致熱氣而加上高溫和乾燥，更會發生中暑，嚴重甚至會造成中暑死亡。老年人可以如何預防中暑危險呢？請注意：</p>  | <a href="https://reurl.c/c/zYyzOy">https://reurl.c/c/zYyzOy</a> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 法規 | 修正「路跑活<br>動參與者安<br>全維護及權<br>益保障應注<br>意事項」(納降<br>溫設備) | <p>(九)熱中暑危險係數【公式=室外溫度(°C)+室外相對濕度(%)×0.1】大於35者，主辦單位應於各服務區、醫療站及救護站內，設置冷水槽、防水帆布、碎冰或其他降溫設備，協助參與者降溫及緊急救護處置；熱中暑危險係數大於40者，主辦單位宜停止活動。</p>  | <a href="https://reurl.c/c/kX5NKb">https://reurl.c/c/kX5NKb</a> | 教育部<br>體育署     |

| 類別 | 名稱                            | 圖示  | QR-code  | 資料來源           |
|----|-------------------------------|---|--|----------------|
| 網站 | 健康 99+網站                      |    | <a href="https://reurl.c/c/XL5kRM">https://reurl.c/c/XL5kRM</a><br>   | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 網頁 | 登革熱地圖                         |    | <a href="https://reurl.c/c/5M8qyq">https://reurl.c/c/5M8qyq</a><br>   | 衛生福利部<br>疾病管制署 |
| 網頁 | 傳染病統計<br>資料查詢系統               |  | <a href="https://reurl.c/c/qkZ89D">https://reurl.c/c/qkZ89D</a><br> | 衛生福利部<br>疾病管制署 |
| 網頁 | 傳染病決策<br>地圖系統                 |  | <a href="https://pse.is/4yr5kb">https://pse.is/4yr5kb</a><br>       | 衛生福利部<br>疾病管制署 |
| 網頁 | 高氣溫戶外<br>作業熱危害<br>預防行動資<br>訊網 |  | <a href="https://reurl.c/c/rLZ82O">https://reurl.c/c/rLZ82O</a><br> | 勞動部職業<br>安全衛生署 |

| 類別 | 名稱                               | 圖示  | QR-code  | 資料來源           |
|----|----------------------------------|---|--|----------------|
| 影片 | 預防熱傷害<br>四部曲之一-<br>什麼是熱傷害        |    | <a href="https://reurl.c/c/AAnEyZ">https://reurl.c/c/AAnEyZ</a><br>   | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 預防熱傷害<br>四部曲之二-<br>熱傷害的高<br>危險族群 |    | <a href="https://reurl.c/c/Ye7ZLl">https://reurl.c/c/Ye7ZLl</a><br>   | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 預防熱傷害<br>四部曲之三-<br>三不三要五<br>步驟   |   | <a href="https://reurl.c/c/v73yDN">https://reurl.c/c/v73yDN</a><br>  | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 預防熱傷害<br>四部曲之四-<br>一手掌握熱<br>傷害資訊 |  | <a href="https://reurl.c/c/7k9Z39">https://reurl.c/c/7k9Z39</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 讓戶外勞工<br>不再擔心熱<br>傷害             |  | <a href="https://reurl.c/c/kXN41q">https://reurl.c/c/kXN41q</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 高溫襲擊，小<br>心熱傷害                   |  | <a href="https://reurl.c/c/gDkgaz">https://reurl.c/c/gDkgaz</a><br> | 衛生福利部<br>國民健康署 |

| 類別 | 名稱                       | 圖示  | QR-code  | 資料來源                                |
|----|--------------------------|---|--|-------------------------------------|
| 專文 | 「樂活氣象APP-健康氣象服務」即時查詢下載專區 |    | <a href="https://reurl.c/c/zYy89N">https://reurl.c/c/zYy89N</a><br>   | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 健康氣象APP-簡介與功能介紹          |    | <a href="https://reurl.c/c/N015Ep">https://reurl.c/c/N015Ep</a><br>   | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 健康氣象APP (分享篇)            |   | <a href="https://reurl.c/c/K0Ky5j">https://reurl.c/c/K0Ky5j</a><br>  | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 健康氣象APP (日週報篇)           |  | <a href="https://reurl.c/c/7k9ZA9">https://reurl.c/c/7k9ZA9</a><br> | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 健康氣象APP (衛教資訊篇)          |  | <a href="https://reurl.c/c/aV0pYG">https://reurl.c/c/aV0pYG</a><br> | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |
| 影片 | 健康氣象APP (推播篇)            |  | <a href="https://reurl.c/c/N0157n">https://reurl.c/c/N0157n</a><br> | 交通部中央氣象局<br>中央研究院<br>衛生福利部<br>國民健康署 |

| 類別  | 名稱              | 圖示  | QR-code  | 資料來源     |
|-----|-----------------|---|--|----------|
| APP | 田邊好幫手 (IOS)     |    | <a href="https://reurl.c/c/DA16Ed">https://reurl.c/c/DA16Ed</a><br>   | 行政院農業委員會 |
| APP | 田邊好幫手 (android) |    | <a href="https://reurl.c/c/Yel6px">https://reurl.c/c/Yel6px</a><br>   | 行政院農業委員會 |
| APP | 農務e把抓 (IOS)     |   | <a href="https://reurl.c/c/zYyzje">https://reurl.c/c/zYyzje</a><br>  | 行政院農業委員會 |
| APP | 農務e把抓 (android) |  | <a href="https://reurl.c/c/4ogm7V">https://reurl.c/c/4ogm7V</a><br> | 行政院農業委員會 |