

# 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