

「好熱啊！」 醫師提醒3要點防熱中暑

 [udn.com/news/story/7326/3857108](https://www.udn.com/news/story/7326/3857108)

udn / 生活 / 生活新聞

2019-06-06 17:04聯合報 記者姜宜菁/即時報導

嘉義市昨晚發生一名老翁倒臥田間，疑似長時間在太陽下曝曬，皮膚有曬傷和水泡的情形，經消防局送醫後無大礙，嘉義基督教醫院急診部醫師蔡銘仁提醒民眾天氣炎熱時，盡量不要在中午10點到下午2點長時間曝曬在太陽下、盡量多喝水、補充電解質，緩解熱中暑的不適，如出現意識不清時盡快就醫治療。

「好熱啊！」民眾今天中午出門時明顯感受到烈陽照射在皮膚上的刺痛，中央氣象局嘉義站觀測，嘉義市昨天中午12點28分出現34.3度高溫，今天中午12點8分測得35.3度高溫，嘉義站表示，因太平洋高壓環繞、天氣穩定和雲系發展慢，所以氣溫高，而炎熱的天氣將延續到端午節結束，提醒民眾注意防曬。

嘉義市賴姓老翁昨天晚間倒臥在田間，路人發現趕緊聯絡119，嘉義市消防局救災救護指揮科立即派遣德安分隊救護車出勤前往救護，賴姓老翁疑似因倒臥多時，皮膚因太陽曝曬而產生的曬傷及水泡情形，救護員緊急處置並送醫治療。

蔡銘仁表示，熱傷害依臨床症狀的程度分為熱中暑、熱衰竭、熱痙攣等3種，當民眾感覺到體溫升高時，趕快到陰涼處休息，找乾淨水源噴溼身體，或是吹電風扇帶走身上的熱，切勿吃退燒藥，此法無降溫之效，如果當患者出現意識不清楚時立即送醫急救。