

預防熱傷害衛教宣導素材-圖卡

關心熱傷害 6 大危險族群並謹記「涼、補、心」預防熱傷害口訣，遠離熱傷害！

文
字

【☀️ 炎炎夏日，預防熱傷害 ☀️】

☀️ 天氣越來越炎熱，造成熱傷害的人數逐漸提升
⚠️ 為避免熱傷害帶來的不適與危害，關心熱傷害 6 大危險族群並謹記「涼、補、心」預防熱傷害口訣，遠離熱傷害！

◆ 保持「涼」爽：避免陽光的直接照射 🕶️，盡量待在室內涼爽、通風的地方 🌬️

◆ 「補」充水分：定時補充水分，不等到口渴才喝水 💧

◆ 提高警覺「心」：避免於上午 10 點至下午 2 點外出 ☁️，如果必須外出，建議行走於陰涼處及注意防曬措施 ☑️

圖
卡

