

## 臺中市所屬學校戶外活動因應高溫處理原則

### 一、 目的：

因應全球氣候暖化日益嚴重，高溫發生頻率日益增加，進而產生熱傷害情事，為利本市高級中等以下學校安排適當的戶外活動，爰訂定本處理原則。

### 二、 處理原則：

- (一) 氣溫：溫度 32 度以上，相對濕度常達 80%以上，即應注意戶外活動活動方式、場地及時間的安排，可逕至交通部中央氣象署首頁查詢。(網址：<https://www.cwa.gov.tw/V8/C/>)/天氣/[全臺概況預報/1 週預報](#)/臺中市項下查詢或天氣/鄉鎮預報/選擇縣市/選擇鄉鎮項下)
- (二) 地點：避免於密閉或通氣不良之戶外活動環境，較易因散熱差而誘發體溫驟升，導致中暑等熱傷害發生。
- (三) 課程：選擇適當之活動場所或適當之活動課程內容，避免學生直接曝露於烈日之下。
- (四) 時間：於盛夏時節（6-9 月）應減少於上午 10 時至下午 2 時進行戶外活動。
- (五) 設備：應保持活動場所通風良好，可利用空調、電風扇或灑水方式降低室內環境溫度，並隨時檢查通風設備是否正常運作。學校內健康中心須備有體溫計及基本降溫設備（如電扇、冷水及毛巾等），以即時處理校園熱傷害事件。

### 三、 預防熱傷害措施：

- (一) 加強校內教職員工及學生認識熱傷害之症狀及基本處置，

可透過各類活動場合及網站、電子看板、社群媒體等管道適時宣導個人防護做法與急救步驟，運用「樂活氣象 APP—健康氣象服務」等工具掌握預警資訊，相關資訊可逕至衛生福利部國民健康署「預防熱傷害衛教專區」參閱，網址：<https://gov.tw/nGd>。

- (二) 學校應時時留意學生防曬情形，於戶外時可建議學生戴帽子，並提醒學生注意水分與電解質補給，如有從事戶外運動，亦可請學生攜帶水壺，隨時補充水分。
- (三) 戶外活動建議學生穿著寬鬆、透氣性能良好、色淺的衣服，加強個人防護。

#### 四、 緊急措施：

- (一) 若有高燒、無汗、嘔吐、呼吸急促、暈眩、複視等身體不適症狀，務須立即通知隨隊醫護人員，並掌握「快速發現」、「快速降溫」、「快速送醫」之中暑處置要領。
- (二) 若發現學生有中暑現象應立即將移至陰涼、通風處休息，解除身上裝備並鬆開衣物，以冷水、冰塊或濕毛巾等淋濕擦拭全身(頸部、腋下、鼠蹊部散熱效果最佳)，並大量給予水分(患者意識清醒時)，有利於散熱。

五、 本處理原則提供各校參考運用，各校仍得視校園場域規劃及學生身體情形等條件安排適當教學活動及場所，惟學校應隨時留意學生防曬及飲水情形，並避免學生長時間曝曬於烈日下，以降低校園發生熱傷害之風險。