

提前規劃，做好準備



為所有工作者提供熱傷害相關訓練。
訂立緊急應變計畫。



在高溫環境中安全工作

室內外工作者都可能有熱傷害風險。



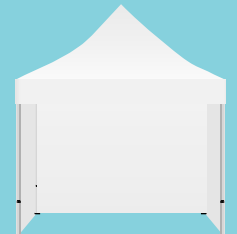
熱傷害是可以預防的



喝冷水



適當休息



尋找蔭涼處



盡量穿著寬鬆
的淺色衣服



彼此互相注意



某些設備可能
會增加熱暴露

如需更多資訊：

1-800-321-OSHA (6742)

聽障專線 1-877-889-5627

www.osha.gov/heat

聯邦法律賦予工作者在安全工作場所工作的權利。工作者有權利對危險情況大聲表達意見，不必擔心遭受報復。欲了解如何向 OSHA 提出保密申訴及稽查請求，請造訪

www.osha.gov/workers。

1-800-321-OSHA (6742) | 聽障專線 1-877-889-5627

www.osha.gov/heat

工作者如出現以下情況：



頭痛或噁心



虛弱或頭暈



大量出汗



皮膚發熱和乾燥
體溫過高



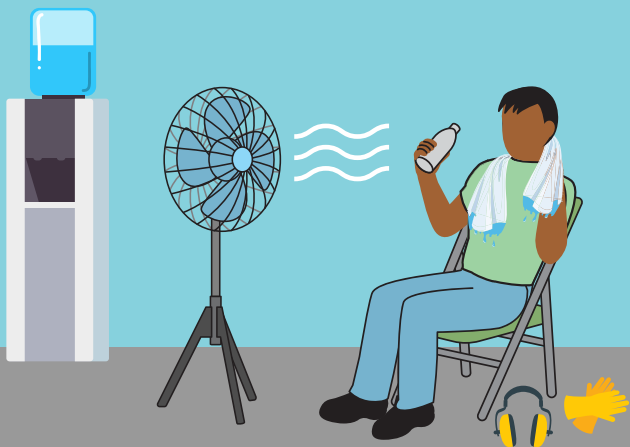
口渴



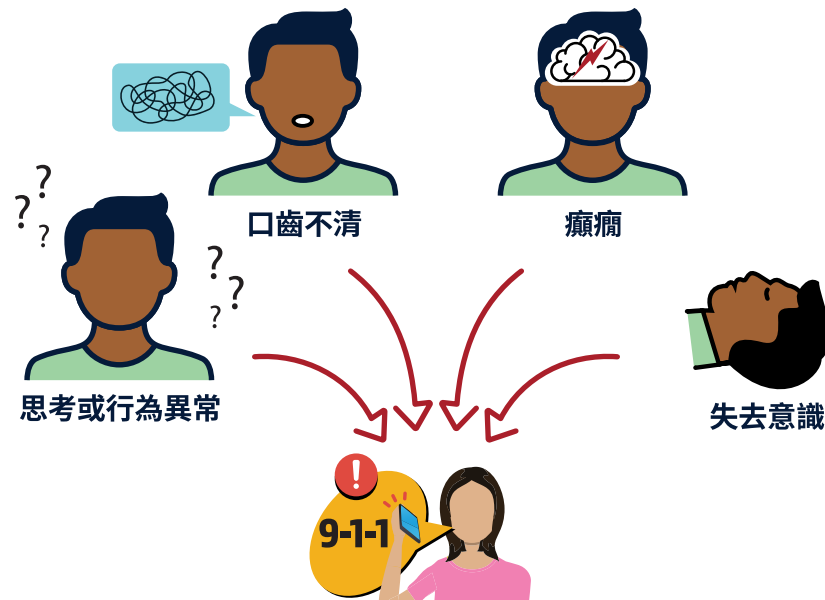
尿液減少

請採取以下行動：

- 喝水
- 用水與冰塊降低體溫
- 移除不必要的衣物
- 請勿讓人獨處
- 移動至蔭涼處，有風扇的話請使用風扇
- 如有疑問，請撥打 911



醫療緊急情況的跡象



1. 立即撥打 911
2. 立即用水或冰塊降低工作者的體溫
3. 移除不必要的衣物，並飲用冷水
4. 留在工作者身邊，直到救護人員抵達

