

防範熱傷害 全民一起來

 新北市政府關心您
New Taipei City Government

3保

保持涼爽、保持喝水、保持警覺

遮蔭、通風、防曬

適量補充電解質水分、
不喝冰水及酒精飲料

午間避免出門、
留意身體警訊

6
大危險族群

65歲以上長者、嬰幼兒、慢性病患、
戶外工作/運動者、過重者、服藥者



急救5步驟

蔭涼、脫衣、散熱、喝水、送醫

