



資料表 在熱浪中照顧虛弱患者

在例行就診期間與患者交談，以了解如何預防與熱相關的疾病，對避免此類疾病有很大幫助。簡單的步驟可以帶來大不同，特別是對於高危患者。這些步驟包括鼓勵患者：

- 保持涼爽。
- 保持充足水分。
- 保持知曉最新情況。

您可以採取一些簡單的步驟來幫助您的高危患者：

- 幫助患者確定家中溫度過高時可以前往冷氣開放的涼爽公共場所。
- 告訴患者，一旦溫度超過華氏 90 度，就不應依靠風扇來保持涼爽。
- 確保患者知道在口渴之前應該喝水。如果他們的藥物或病況會影響他們保持充足水分，請提供額外的指導。
- 告知患者適當的藥物儲存方法，尤其是對於溫度變化敏感的藥物。
- 告訴他們中暑、熱衰竭或極端高溫可能引起的慢性疾病併發症的警號。這有助患者識別出何時有麻煩，並在需要時獲得幫助。
- 告訴患者請別人查看他們。鼓勵他們將自己的健康需求告訴此人。

雖然與熱相關的疾病可能在錯誤的情況下襲擊任何人，但某些人的風險更高。以下幾類人士在極端高溫中更容易患病：年幼的兒童；65 歲及以上的成人；運動員以及患有慢性疾病或體重超重、在戶外工作或收入較低的人。

使人在熱浪中面臨更大風險的情況

慢性病	心臟病、高血壓、糖尿病、癌症或腎病、酒精和其他物質的使用、精神疾病
不利出汗的病況	心臟病、脫水、極端年齡、皮膚疾病（包括曬傷、熱疹和過多的疤痕和燒傷）、先天性出汗功能受損、囊性纖維化、帕金森症、四肢癱瘓、硬皮病，服用抗膽鹼藥的人士。急性疾病。
日常生活活動受損	行動不便、認知障礙
社交因素	獨居或與社會隔絕、社會經濟地位低下、無家可歸
職業/康樂	在高溫下做劇烈運動或在炎熱的康樂環境中工作

資料來源：Victoria Australia State Government, 2010

有些藥物可能會增加與熱相關的疾病風險，或者在暴露於高溫下時功效可能更差或毒性更大。在炎熱的天氣中為虛弱患者制定的護理計劃應包括與醫療服務提供者或藥劑師就藥物的使用和儲存進行協商。

藥物增加熱相關疾病風險的機制	
減少血管擴張	β 受體阻斷藥
出汗減少	抗膽鹼藥，例如三環類抗抑鬱藥和苄索平、β 受體阻斷藥、抗組胺藥、吩噻嗪
增加熱量產生	抗精神病藥；例如，利培酮、奧氮平。興奮劑；例如，苯丙胺、可卡因
口渴減少	丁苯酮；例如，氟哌啶醇和氟哌利多。血管收縮素轉換酶（ACE）抑制劑
脫水	利尿劑、酒精
虛弱患者的低血壓加重會加劇熱疾病	血管擴張劑； 例如，硝酸鹽、鈣通道阻滯劑，其他抗高血壓藥
脫水治療指數狹窄的藥物的毒性增加	地高辛、鋰、華法林

資料來源：Victoria Australia State Government, 2010

您準備好迎接熱浪嗎？

- 提供一個涼爽的候診室，並關閉百葉窗以阻擋陽光。制定應變計劃，以防電力中斷。
- 確保為患者和醫務人員提供飲用水。根據需要為員工提供額外的飲水休息時間。
- 遵照天氣預報和當地新聞以預測熱浪。留意開放的避暑中心。
- 了解哪些患者更容易受到傷害。告知他們自己的特殊風險，他們需要採取保護自己的措施以及如何找到避暑中心。
- 確保您的員工了解與熱相關疾病的急救方法。



公共衛生部
衛生安全、準備和反應
電話：971-673-1315
傳真：971-673-1309

OHA 網站：

<https://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareforExtremeHeat.aspx>

OHA Facebook: www.facebook.com/OregonHealthAuthority

OHA Twitter: www.twitter.com/OHAOregon

您可以獲取本文件其他語言、大字體、點字或首選格式的版本。聯絡衛生安全、準備和反應，電話：971-673-1315 或電郵：health.security@state.or.us。我們接聽所有中繼呼叫，或者您可致電 711。