

階段	作業程序	
預防階段	<p style="text-align: center;"> </p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 計算中暑危險對溼度(%)×0.分，避免室外 2. 體能活動(含體常飲水外，須水分(區分3內再補充600少量、多次、分避免脫水。 3. 每月及重要演BMI值大於27眠不足等人員 4. 連隊備妥冰桶醫藥箱、備用 5. 野地操課或體並備妥急救器
	<p style="text-align: center;"> </p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 衛教宣導，提成之原因、預 2. 幹部操課前下運動，同時注 3. 體能訓練採循 4. 夏令期間幹部尿液顏色變為反映，並適時每日基本飲水
臨床症狀與初步處置	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="489 2131 1058 2852" style="width: 48%;"> <p>熱傷害</p> <ul style="list-style-type: none"> *將患者移至陰涼或通風處。 *平躺，減少與鬆開衣物(須注意個人隱私，尤其女性同仁)。 *讓個案痙攣的肌肉休息或予以按摩。 *若過多汗液和尿液已排出時，可少量補充含鹽水份(每公升水含0.1-0.15克的鹽) </div> <div data-bbox="1108 2131 1698 2956" style="width: 48%;"> <p>中暑</p> <ul style="list-style-type: none"> *將患者移至陰涼與通風的環境，使其平躺，腳抬高。 *鬆開衣物(須注意個人隱私，尤其女性同仁)。 *搨風、噴灑冷水。 *頸部、鼠蹊部、腋下放置冰枕或冰寶。 *評估士兵： <ol style="list-style-type: none"> 1. 評估意識狀態，無意識予以靜脈注射生理食鹽水。 2. 若有嘔吐，則予側躺。 </div> </div>	<p>臨床症狀：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 心智狀況是否 2. 是否有噁心、 3. 是否意識模糊 4. 中心體溫大於或高度懷疑中暑 <p>處理原則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 快速發現 當您或鄰兵有酸痛、體溫升變深)等徵兆護人員辦理。 2. 快速降溫 將患者移至陰衣物、以冷水身。 3. 快速送醫 一邊降溫，一進行完成急救準者生命徵兆，

