

桃園市僑愛國小戶外活動因應高溫處理原則

一、目的

本國位居亞熱帶地區，夏季高溫炎熱易導致身體散熱不良，進而產生熱傷害情事。因應漸趨嚴重之高溫情形，為利學校安排適當教學活動及場所，避免學生於戶外活動發生熱傷害事件，爰訂定本處理原則。

二、處理原則

為提供學校安排適當教學活動及場所之建議，本局考量學童特殊生理情形，依據交通部中央氣象局發布之「體感溫度」數值研擬各教育階段於高溫情形下應遵循之處理原

則：

參考指標	因	應	措	施
體感溫度		幼兒園至國小（3-12歲）		國中至高中（12-18歲）
36°C ↓		可維持正常活動，但應時時留意學生（童）活動情形，活動前/中/後應隨時補充水分，倘若有身體不適情形發生，應立即停止活動並至健康中心。		
黃色警戒 (36-38°C)		1. 儘量待在陰涼處，避免長時間（約 <u>20分鐘</u> ）進行戶外活動。 2. 儘量減少戶外活動及劇烈運動。		1. 儘量待在陰涼處，避免長時間（約 <u>30分鐘</u> ）進行戶外活動。 2. 儘量減少戶外活動及劇烈運動。
橘色警戒 (38-40°C)		1. 儘量待在陰涼處或室內，避免長時間（約 <u>10分鐘</u> ）進行戶外活動。儘量避免於上午 <u>10時至下午2時</u> 進行非必要戶外活動及劇烈運動。 2. 儘量減少戶外活動及劇烈運動。		1. 儘量待在陰涼處，避免長時間（約 <u>20分鐘</u> ）進行戶外活動。 2. 儘量避免於上午 <u>10時至下午2時</u> 進行非必要戶外活動及劇烈運動。
紅色警戒 (40°C ↑)		建議停止所有戶外活動，待在陰涼處或室內，尤其須避免於上午 <u>10時至下午2時</u> 進行戶外活動。		

三、熱傷害預防作為及處置措施：

- (一)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。
- (二)學校人員應定時掌握氣象局發布之體感溫度預報調整至陰涼處或室內實施相關課程；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，另應留意空調設定不宜過度低溫，出風口亦不宜正對學生（童），於戶外進行活動時應避免學生直接暴露於烈日之下。
- (三)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，另應留意校（園）內飲水機配置情形及溫度設定；如有從事戶外運動，亦可請學生攜帶水壺，隨時補充水分，且應於運動前半小時喝水400-600cc（分2-3次飲用）；運動前、運動中，每10至20分鐘喝200至300cc，室溫水為宜，且適時補充電解質，並避免飲用含糖或咖啡因之飲料。
- (四)從事戶外活動時建議學生應儘量穿著輕便、淺色、寬鬆、透氣、吸水與排汗功能佳的衣物，增加散熱效果。
- (五)校（園）內倘若有交通車，於未使用交通車時務必將車門上鎖，以避免學生（童）誤入車內玩耍；於學生（童）下車後務必再三確認是否所有學生（童）皆已下車，以減少學生（童）於學校交通車內發生熱傷害之風險。
- (六)學校應訂定「校園熱傷害緊急處置標準流程」，且校（園）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，另應加強校內教職員工及學生認識熱傷害之症狀及基本處置。
- (七)於活動中應隨時注意學生身體情形，倘若學生出現痙攣、暈厥、頭痛、疲倦、意識不清等情形時，應立即聯繫校（園）內護理人員，將學生移至陰涼通風處休息，放鬆或解開衣物以協助學生散熱，意識清醒者可給予適當水分補給，並儘速送醫評估治療；若體溫超過38.5℃，送醫前及送醫途中持續降溫，可除去大部分衣物，全身覆蓋冷毛巾，不斷替換，或噴冷水輔以電扇吹加速散熱。

四、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。