



夏日安全：預防燒傷



— **New York-Presbyterian**
— Weill Cornell Medical Center



燒傷、火災與夏日安全：

- 每年，美國約有10,000位民眾因為燃放煙火而受到灼傷。其中幾乎半數以上的傷者為兒童。
- 在美國，每年因烤肉架引起的火災多達數千場，造成許多傷亡和重大的損失。
- 曬傷大幅增加了罹患皮膚癌的風險。
- 每年，雷電在美國造成上千人受傷和上百人死亡的意外事件。



隨著夏日的腳步來臨，人們開始計劃從事海灘、烤肉、營火、放煙火和其他戶外活動。這些活動雖然有趣，但也有可能導致燒傷意外。在您享受夏日時光時，下列方法有助於保護您的安全和防止燙傷。

煙火

燃放煙火和煙花很危險，並且可能導致嚴重的燒傷。在包括紐約、紐澤西州和康乃迪克州的許多地區，購買、銷售與使用煙花和煙火是違法的行為。在使用煙花和煙火前，請詢問當地的警察並遵循下列安全要訣：

- 別讓兒童靠近煙火。
- 教導孩子煙火不是玩具，而且不應撿拾或觸摸任何煙火。
- 切勿在抱持孩童時燃放煙火。
- 避免在使用煙火時飲酒。
- 一次點燃一個煙花。用完煙花時，將它們置於一桶涼水中冷卻後再丟棄。
- 避免傳遞、投擲、踢煙花或拿著煙花跑。
- 燃放任何煙火時，應始終穿著包腳趾的鞋子。
- 燃放煙花要在戶外，並有成人監督陪同。
- 手持煙花和煙火的方向，應遠離您的頭部和身體。



烤肉架

使用烤肉架（BBQ）可能會引起嚴重的燒傷和火災。為了保護您和家人的安全，請遵循下列簡單步驟：

- 將火柴和打火機貯放在兒童無法觸及之處。
- 避免讓兒童接近烤肉架。
- 在使用烤肉架前，確認所有零件（包括瓦斯桶）的狀態良好。如果您發現任何漏洞、裂縫或破損，請於更換零件後再使用。
- 打開烤肉架的蓋子，先點燃火柴後再打開瓦斯。
- 如果在烤爐上使用助燃液，選擇專供炭烤用的種類，並在點火前添加在煤炭上。
- 避免使用汽油或煤油來點燃烤肉架或使爐火變大。
- 在使用完煤炭烤肉架時，先讓煤炭冷卻下來後再用冷水澆熄。冷卻後，將用過的煤炭棄置於金屬容器內，避免將煤炭埋在土裡。
- 烤肉架應在戶外使用，並遠離任何建築物、堆積雜物和易燃物品的區域。
- 將滅火器置放於烤肉架附近，以備不時之需。
- 靠近明火煮食時，應穿著短袖或緊身的衣服，並將長髮綁在腦後。
- 使用絕緣、阻燃的燒烤用手套和長柄燒烤工具。
- 將瓦斯桶貯存在通風良好、遠離住宅的受保護區域。



戶外活動

戶外活動可能很有趣和令人興奮，但是您應該隨時做好安全計劃。在享受陽光、沙灘、公園和庭院時，下列幾種方式有助於確保安全和預防曬傷：

- 將防曬霜塗抹於皮膚上至少30分鐘後才到戶外去。每隔1到2個小時和在游泳、出汗或運動後重新塗抹——即使在陰天也是如此。
- 選擇可防止陽光中的紫外線 A (UVA) 和紫外線 B (UVB)、有防水效果，並且SPF值（防曬係數）為15或更高的防曬霜。
- 在將防曬霜塗抹於年齡不到六個月的嬰兒或有敏感肌膚的兒童身上時，請先向您的醫生諮詢。
- 在從事戶外活動時，盡可能配戴太陽眼鏡（有紫外線防護）、帽子、長袖T恤和長褲。
- 上午10時到下午4時之間是陽光最強烈的時間，避免在陽光下活動。
- 在指定的火堆中搭建營火，切勿離開現場無人看管。
- 督導營火周圍的兒童，保持距離火堆5英尺遠的「兒童安全」區域。
- 火把、驅蚊香茅蠟燭應遠離布料、紙張、化學品並放在幼童無法觸及之處
- 從事戶外活動時應隨時穿戴鞋子，因為街道、沙灘和遊樂場的地面可能會變得非常熾熱。
- 在雷雨天氣中，應避免高地、水窪、空曠地區和金屬物體（如高爾夫球桿、雨傘、柵欄和器具），並立刻尋找掩護。
- 如果您的汽車過熱，請在引擎冷卻後，才將水箱蓋取下。



威廉倫道夫赫斯特燒傷中心 (William Randolph Hearst Burn Center) 位於紐約長老會／威爾·康乃爾醫學中心 (NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center)，是全國規模最大且最繁忙的燒傷中心之一。我們每年為將近五千位患者——其中三分之一為兒童——提供治療服務。

透過提供各種階段的治療——從急難應變到復健階段——本院為受到燒燙傷的患者和家屬提供所需要的專業技能、資源和持續性護理，以取得最佳治療效果。

如需與醫師約診或希望瞭解更多有關預防燒傷的資訊，請致電紐約長老會醫院／威爾·康乃爾醫學中心的赫斯特燒傷中心 (NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center)

總辦公室／約診：(212) 746-5410
燒傷宣導／教育：(212) 746-5417

紐約長老會醫院／威爾·康乃爾醫學中心
威廉倫道夫赫斯特燒傷中心
(William Randolph Hearst Burn Center at
NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center)
525 East 68th Street, L706, New York, NY 10065

<http://nyp.org/services/burn-center.html>

如果您或您的家人受到燒傷，請撥打 911 並尋求緊急醫療處理！

本文僅提供簡要和一般性的資訊，不應作為此類保健主題的唯一資訊來源，也不可用作診斷或治療的依據，此資訊並非代替取代醫生的指示。請在做出健康保健的決定之前，和您的醫療保健提供者談話。

「NewYork-Presbyterian
Weill Cornell Medical Center



混合产品
源自負責任的
森林資源的紙張

FSC® C005812

為了配合紐約長老會對永續發展的承諾，本出版物以聯邦科學委員會 (FSC) 認證的紙張印製，其中包含最低百分之十的回收纖維。FSC 商標標識確認產品依森林管理委員會 (Forest Stewardship Council) 規定由 SmartWood 認證之管理優良的森林出產的纖維製成

© NewYork-Presbyterian Hospital, 2010年版權所有。