



澳門特別行政區政府
社會工作局
GOVERNO DA RAEM
INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL

家居照顧及支援服務隊

低溫症處理指引

由於低溫症好發於每年十一月至翌年三月期間，在氣候較溫和但經歷氣溫急變的地區，常見於六十五歲或以上、男性、貧窮、獨居、露宿人士，其他危險因素包括慢性疾病(心臟病、糖尿病、活動障礙、精神狀況異常等)、創傷、感染、使用酒精或某些藥物、物質濫用、濕水等。

為提示家居照顧及支援服務隊工作人員採取適當措施預防服務使用者出現低溫症，社會工作局建議每當本澳氣溫最低只有攝氏 12 度或以下時，工作人員應參考<預防體溫下降及低溫症注意事項>表格(詳見附件)，評估服務使用者的健康狀況，使能及早發現高危人群，預防他們患上低溫症。

低溫症的常見症狀：

- 人體的體溫在攝氏 35°C 或以下(建議使用: 耳探或紅外線檢測儀)
註：當患者出現低溫症症狀時，腋探及其他體表溫度測量方法不建議使用。
- 患者主訴感到寒冷、皮膚和手腳冰凍。
- 患者面色蒼白、疲倦、神智模糊、說話含糊不清、腳步不穩定，不自覺地震顫(註：部分患者身體會出現失去震顫能力，故不會出現震顫反應。)

患者體溫繼續下降，會出現下列症狀：

- 患者肌肉僵硬、心跳減慢和神智昏亂。
- 若體溫再持續下降，會令致血壓降低、心律不齊、昏迷、甚至心臟停頓。

若工作人員發現服務使用者出現上述症狀時，應密切監測及即時採取下列處置措施，以保障服務使用者的健康：

- 第一時間協助患者離開寒冷的環境，將其置於溫暖環境中（建議室內溫度應保持攝氏 16 度或以上），若患者行動不便，應小心協助遷移。
- 將患者置在溫暖的床上和被鋪中，令體溫慢慢回升。
- 保持患者頭部和身體乾爽，如弄濕了身體或頭部，應先抹乾，並加穿乾爽和保暖的衣物，如羽絨褸、棉襖、冷衫、帽子、圍巾、頸巾和襪子等。
- 如患者神智清醒，可給予一些熱量較高和容易吸收的熱飲品（如熱朱古力奶）或進食食物。
- 若患者體溫持續下降，或出現肌肉僵硬、心跳減慢、神智昏亂、甚至出現昏迷等症狀，應盡快將患者送院治理。（報警熱線：999；消防局電話：28572222）
- 報警時必須說明患者當時的情況及症狀，例如：身體溫度、意識狀況（清醒、混亂或昏迷等）、年齡、性別、地址、電話，以便有關部門作出適當的準備。

工作人員應避免進行下列措施：

- 給予患者任何酒精飲品，因為酒精會加快身體熱能的流失。
- 協助患者洗熱水浴或磨擦手腳，因為突然將四肢及皮膚的溫度急劇提高，會使血液流到四肢，導致核心溫度及血壓下降，危害生命。