

# 居家生活如何避免燒燙傷

燒燙傷是可以預防的，若能作好良好的防範措施，可避免不幸的事情發生，以下介紹常見居家生活如何避免燒燙傷，提供您居家或戶外活動時參考。

## 一、浴室

1. 應先放冷水再放熱水。
2. 不應單獨讓幼兒留在浴室中，避免在浴室內嬉戲，以免誤開熱水水龍頭。
3. 浴室應有防滑處理或穿浴室拖鞋，安裝欄杆，易於使用的浴缸和淋浴器以防不小心跌倒碰觸熱水。

## 二、廚房

1. 家中瓦斯漏氣，應將瓦斯開關關閉，並將窗戶打開通風，注意不可開電扇、電燈等電氣開關。
2. 廚房和浴室等高風險區域需有門或兒童鎖阻擋兒童自行進入。
3. 熱湯、熱水瓶等，應放置兒童不能抓到或撞到之處，且桌巾勿垂下，以免兒童拉扯發生意外。
4. 火柴、打火機、瓦斯等物品應妥善的保管，不可置於易取之處，以免兒童好奇玩耍而造成灼燙傷。
5. 腐蝕性的化學藥品或清潔劑等都應放在嬰幼兒無法取得之處。
6. 勿以飲料空瓶來盛裝上述危險容液，以免幼童誤食或碰觸。
7. 行動不便之老年人，應避免自行炊煮。
8. 廚房微波爐的使用須遵守操作規定，並教導家中長者或祖母正確使用；加熱食品或牛奶應充分調勻及確定溫度後進食。
9. 食用火鍋或泡煮咖啡、老人茶等，應特別關注家中幼童動向，以避免意外之發生。
10. 使用壓力蒸氣鍋時應注意操作規則，並確定壓力蒸氣鍋內壓力已完全排除才能打開鍋蓋。

## 三、寢室

1. 不可躺在床上吸煙，蚊帳周圍不要點蚊香。
2. 床上使用暖爐或溫毯時，避免過久或溫度過高。
3. 家中插頭、電線等不可讓幼兒接觸或放入口中，可用傢俱或膠布封起來

4. 延長線插座不可負荷過量，使用有自動斷電功，確保電源線，設備和插座處於工作狀態；電熱器的插頭纜線最好是分離式的。
5. 長期臥床行動不便之患者，使用充電式氣墊床應定期保養，注意是否過熱或破損以免造成起火燃燒。
6. 家中應裝置煙霧警報器或滅火器，並定期檢查其功能。
7. 家中若裝置鐵窗，應保留活動逃生窗口，以備不時之需。

#### 四、室外

1. 教導兒童勿靠近燃放中的爆竹，也不可隨意丟擲他人或撿拾爆竹放置自己身上。
2. 開車懷疑水箱溫度過高時，勿冒然打開否則很容易被高溫蒸氣燙傷。
3. 大樓的安全樓梯要保持暢通，不可堆積雜物；樓梯間的防火門應保持關閉，以隔絕火災。
4. 進出公共場所如旅館、戲院，應留意其安全設備及逃生路徑，以備不時之需。
5. 火災發生於密閉空間時，應立即逃離現場，勿逗留找人、拿東西。
6. 易燃的東西如：油漆、汽油、殺蟲液、強力膠等，一定要遠離火源，最好不要放在家中。
7. 使用酒精膏加熱火鍋時，必須等火完全熄滅後才能添加酒精膏，以免引火上身
8. 焚燒雜物、雜草時，勿潑灑汽油或酒精助燃，以免危險。
9. 有些高壓電線離房子很近，在頂樓活動或曬衣服時，勿使用潮濕竹竿或鐵棒，不慎碰觸造成電擊傷，不可不小心。

#### 五、其他：

房屋設備使用防火建材可降低火災發生，建立民眾對消防安全與燒燙傷的緊急處理觀念，增加燒燙傷預防的廣告與教育並大量宣導(例如：口號宣導(沖. 脫. 泡. 蓋. 送)，使燒傷率與程度大大降低。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康