

防災觀念人人有·家家戶戶保平安



臺東縣縣民防災手冊

Taitung County Disaster Prevention Guide

| 颱風 | 土石流 | 地震 | 海嘯 | 火災 | 防溺 | 救護 |



臺東縣政府

Taitung County Government

縣長序言

臺灣的天然災害以颱風、地震、土石流等帶來的損失較為嚴重，其中颱風侵臺的風力又以東部最猛烈，加上山地地勢陡峭，易形成山區坡地崩壞坍方與土石流等災害，造成臺東環境和人民財產的毀損。因此如何強化在地防災能量、降低災害與損失，是政府的重要考驗與責任。



當災害發生時，「安全、平安」是民眾最重要的基本需求；事前災害預防工作相當重要，如何第一時間防範降低災害損失，仍需民眾建立自主防災意識，於災時能立即應變處置。慶鈴非常重視臺東的救災救護，因此擴增高級救護隊、升級救護車設備，成為守護臺東的行動急診室，有效提升緊急救護品質。

除了提升縣府的急救能量，為使縣民具備正確防災知識，平時做好防災準備工作，臺東縣消防局特別重新彙編「臺東縣防災手冊」，將日常生活中可能發生災害的類型及應變之道，以圖文並茂、淺顯易懂的方式，讓縣民在災害來臨時能處變不驚並採取必要的措施，將傷害程度降至最低。

縣府團隊一直以來，努力朝「民眾第一、服務至上、傳承創新、縣民參與」理念邁進，提供人民最優質安全的環境及完善的防災政策，期藉此手冊發行，讓您對災害多一分瞭解、少一分損失，讓大家共同守護這片土地家園，成為真正宜居、健康的城市。

目錄

壹、天然災害 / 颱風篇		伍、火災篇	
一、颱風定義	1	一、火災的定義及分類	18
二、颱風衍生的災害	1	二、火災防範	19
三、颱風來臨前的注意事項	2	三、滅火逃生設備的使用	20
四、颱風來臨時的注意事項	3	四、避難逃生注意事項	22
五、颱風過後的注意事項	3	五、瓦斯災害	25
貳、天然災害 / 土石流篇		陸、防溺篇	
一、何謂土石流	4	一、一般注意事項	27
二、土石流發生的原因	4	二、游泳池安全要點	28
三、土石流警戒值	5	三、海灘游泳安全要點	29
四、土石流防災三步驟	5	四、河川、溪流、湖泊安全要點	29
五、土石流發生前徵兆	7	柒、救護篇	
參、天然災害 / 地震篇		一、骨折	31
一、地震的發生	8	二、抽搐	31
二、震前_防災準備	9	三、創傷出血	32
三、震時_就地避難	11	四、休克	32
四、震後_協助救援及安全檢視	13	五、溺水	33
肆、天然災害 / 海嘯篇		六、中風	33
一、海嘯形成	16	七、燙傷	34
二、防災須知	16	八、毒蛇咬傷	35
		九、蜂螫	35



壹、天然災害 / 颱風篇

一、颱風定義

颱風為強烈的熱帶氣旋，是熱帶海洋上所產生的低氣壓，當低壓附近地面最大風速超過 17.2 公尺 / 秒時，就稱為颱風。以中心附近平均最大風速為準，分為輕度颱風 (17.2 公尺 / 秒 ~ 32.6 公尺 / 秒)、中度颱風 (32.7 公尺 / 秒 ~ 50.9 公尺 / 秒) 和強烈颱風 (大於 51.0 公尺 / 秒)。暴風圈外也常會帶來超大豪雨，是目前威脅臺灣地區最嚴重、頻繁的天然災害。

臺灣位於颱風路徑的要衝，平均每年遭到颱風侵襲 3 ~ 4 次，尤其是每年 7 ~ 9 月為主要颱風季節。



二、颱風衍生的災害

1. 強風

風的強大壓力吹襲房屋、電訊、電線及各項作物，造成毀損破壞。

2. 焚風

在特殊的氣候條件下，當強風越過高山，即可能在山的背風面發生一種乾而熱的風，往往以陣風形勢出現，從山上沿山坡向下吹。

3. 海風 (鹽風)

從海上吹往內陸，含有大量鹽分的風，導致農作物的毀壞，有時也造成房屋或電線的毀損。

4. 暴潮

由於颱風範圍內的海面氣壓較低，造成海平面升高，一般增加的高度不超過 1 公尺，但當颱風經過時，風向岸邊吹襲，可能使海邊水位堆高達 7 公尺，若碰上滿潮或沿海地勢低，就會形成海水倒灌。

5. 海水倒灌

強風使海面傾斜，同時氣壓降低使海面升高，導致沿海發生海水倒灌情形。

6. 豪雨

突降豪雨易摧毀農作物，淹沒農田，使低窪地區淹水。

7. 洪水

山區驟降豪雨，容易引起河水高漲，造成超過常規水位的水流現象，經常威脅沿河、湖邊及近海地區的安全，甚至造成淹水災害。

8. 山崩

豪雨沖刷山區邊坡，造成岩石或土壤沿著山坡下滑的現象，壓毀房屋、傷及人畜、阻礙交通等。

9. 土石流

在山區或者其他溝谷深壑，因為暴雨、暴雪或其他自然災害引發，為泥土、石頭等與大量的水混合後，受重力作用，沿著斜坡或山溝滑動的現象，淹沒道路、農田及房屋。

10. 傳染病

颱風水災後，容易發生各種傳染病，如痢疾、霍亂等。

三、颱風來臨前的注意事項

1. 隨時注意中央氣象局的颱風警報，瞭解颱風最新動態。
2. 應確實檢查屋頂、門窗是否堅固，如有破損或不牢靠，應立即修補。四周水溝要清理乾淨，使其暢通。
3. 位於低窪地區或海邊的住戶及民眾，應儘早疏散至安全地方，以防海水倒灌及淹水發生。
4. 屋外各種懸掛物、招牌、工程鷹架或棚架，應立即拆下或固定；並修剪大型樹木及樹枝，以防強風吹襲傷人。
5. 家中應準備乾電池、手電筒、行動電源及收音機，以備停電所用。
6. 檢查電路、瓦斯管線，以免發生火災。
7. 至少儲存每人 3 日份食物、蔬果及飲水；準備生活必需品及簡易急救藥品，以備不時之需。
8. 家中陽臺或窗臺盆栽應移至地面，以防強風吹落砸傷人。
9. 可直接下載中央氣象局劇烈天氣監測 APP。或收聽廣播或看電視，取得颱風最新消息。
10. 取消登山，不要到河床工作，切勿前往海邊觀潮、戲水或釣魚。
11. 山區居民為防範山崩、道路坍方或土石流等災害，應配合地方政府，儘早完成預防性疏散撤離。



12. 加強家畜(禽)欄舍檢查，若位在低窪地區，應移往較安全地方，避免災害損失。
13. 漁船應進港避風，並將船隻繫牢，工作人員避居安全處所。
14. 車輛應避免停放在低窪地、堤防外，以免被水淹沒。

四、颱風來臨時的注意事項

1. 若住宅不受到淹水、土石流等災害影響，應留在家中。
2. 千萬不要去觀潮、衝浪、戲水或釣魚，以免發生危險。
3. 儘量避免外出，如一定要外出時，應確實配戴安全帽等防護措施。
4. 看到斷落的電線，不可用手觸摸，應立即通知電力公司處理。
5. 停電時，儘量使用手電筒，若用燭火應遠離可燃物，避免造成火災。
6. 當颱風眼經過時，暫且風消雨停，但千萬不可離開住所，可能數十分鐘後，暴風雨又會再度來襲。
7. 在外駕車應減速慢行，注意交通安全，行駛中遇強風襲擊，應停靠路邊或找安全處所掩蔽，不可強行駕駛。

五、颱風過後的注意事項

1. 避免外出。
2. 收聽收音機或看電視、網路，確定颱風警報解除。
3. 外出時，隨時注意掉落物。
4. 災後，透過電話互報平安時，應長話短說，避免電話佔線阻礙救援聯繫。
5. 颱風過後，易導致傳染病發生，民眾應儘快整理環境、清除汙物，確實做好消毒工作。
6. 避免至山區或海邊活動，以防遭到坍方落石或海浪侵襲。
7. 發現淹水或交通受阻，儘速通報 119 或 110。
8. 不要隨意進入淹水地下室，避免發生意外。
9. 不可貿然駛入淹水路段，以免發生意外。



貳、天然災害 / 土石流篇

一、何謂土石流

臺東地區山高陡峻、河短流急，加上 921 大地震後，土砂更加鬆軟且緊鄰太平洋與卑南溪，土砂鹽化與風化情形劇烈，而成為土石流發展的最佳場域。土石流泛指土、石與水混合之後，進而產生集體運動的流動體，不能與坡地災害或崩塌畫為等號。

臺灣常見的土石流，主要是因為溝谷內原本已堆積崩坍岩塊、土壤等地質材料，當大雨沖刷、侵蝕下，雨水或滲流水便和堆積岩塊、土壤等相互混雜，順著溝谷坡度向下運動。土石流的特色：搬運能力高、破壞能力強、啟動時間快、持續時間短，發生速度宛如迅雷，難於事先察覺或預防，才會變成如今人人聞之色變的重大災害。土石流不等同土石流災害，土石流是一種「自然現象」，但若因發生土石流時，導致人命傷亡，建築物、橋梁、公共建設毀損，造成生命或財產損失，才可稱為「土石流災害」。

二、土石流發生的原因

1. 豐富的堆積物

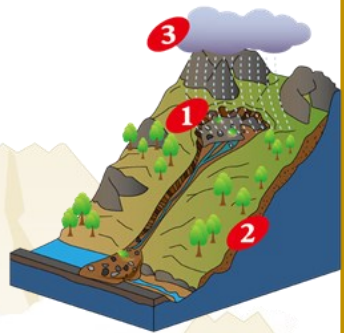
潛勢溪流上游蝕溝或河谷原本就堆積一些崩散的土石，因雨水的滲入，進而產生往下滑移的能量，順著地形坡度下滑的土石，加上掏刷兩側邊坡，崩塌下來的破碎岩石，增強土石流的威力。

2. 充足的水分

土石流流動最大的動力來源就是水流，雨水不僅飽和堆積溝谷的土質地質材料，過量的地下水或滲流水也會順著溝谷基盤底下的不連續面往上浮出，當浮出的水量大到足以抬升整個堆積的土石時，所有堆積體便會開始順著地形坡度向下流動、滑移。經過雨水的催化，土石流也就一觸即發了。

3. 足夠的坡度

坡度可提供土石流往下沖刷的動力，當坡度越大時，沖蝕動力越大，一般土石流流動中，溪床坡度均大於 15° 以上。



三、土石流警戒值

雨量是土石流發生的重要因素，故為發布土石流警戒之參考依據。當住家區域被宣布為警戒區時，怎麼辦？

請務必依照下列指示：

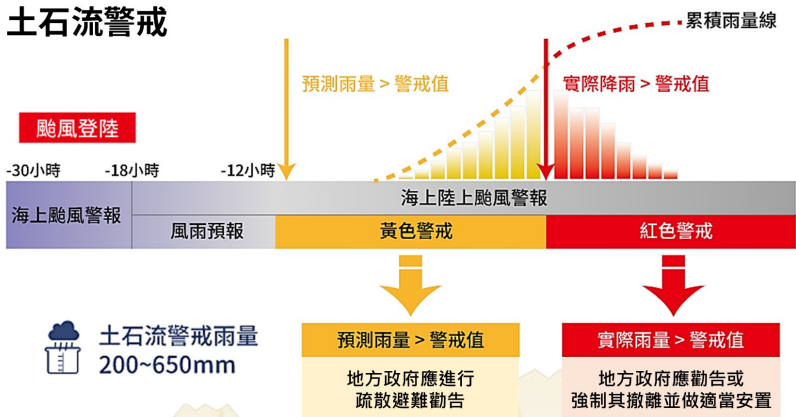
黃色警戒

請居民觀察四周環境變化，隨時留意大眾傳播最新消息，並保持家中連絡管道暢通，弱勢族群可先進行預防性疏散撤離。

紅色警戒

請依照鄉(鎮、市)公所及當地警消單位指示，前往安全處所避難。

土石流警戒



資料來源：行政院農業委員會水土保持局

四、土石流防災三步驟

1. 備妥防災物資、熟悉規劃避難路線與安全處所位置，以及緊急連絡人電話，以備不時之需。
2. 颱風豪雨期間，留意即時資訊，和親友保持連繫，以便互相提醒、掌握近況。
3. 隨時觀察周遭環境狀況，若發現住家附近出現土石流徵兆時，應儘速撤離並利用臺東縣災害應變中心通報電話 089-357576，若需要搶救，撥打 119 或 110 求救。

110 年臺東縣土石流警戒基準值明細表

鄉鎮市	警戒區座落村里 (土石流潛勢溪流總數)	土石流警戒 基準值(mm)
臺東市	岩灣里(1)、建和里(2)、新園里(1)	600
長濱鄉	寧埔村(1)、三間村(1)、忠勇村(2)	450
大武鄉	大武村(2)、尚武村(6)、大鳥村(4)、大竹村(5)、南興村(3)	450
	大竹村(東縣 DF164)	400
太麻里鄉	大王村(2)、多良村(4)、華源村(2)、北里村(1)、金崙村(5)、香蘭村(2)	450
成功鎮	和平里(1)、忠仁里(1)、信義里(3)、忠孝里(2)、博愛里(2)	550
池上鄉	富興村(1)、錦園村(1)	550
卑南鄉	明峰村(2)、初鹿村(5)、美農村(2)、賓朗村(2)、泰安村(4)、利嘉村(2)、利吉村(2)、嘉豐村(東縣 DF070、東縣 DF071)、明峰村(東縣 DF039、東縣 DF040)、賓朗村(東縣 DF126)、東興村(3)、嘉豐村(4)、溫泉村(東縣 DF058、東縣 DF059)、溫泉村(6)	500
延平鄉	桃源村(3)、武陵村(1)、永康村(4)、鸞山村(1)	500
	紅葉村(東縣 DF032、東縣 DF166)	450
東河鄉	北源村(5)、泰源村(6)、東河村(2)、都蘭村(5)、興昌村(2)	550
金峰鄉	賓茂村(1)、歷坵村(1)、嘉蘭村(2)、正興村(1)、新興村(2)	500
海端鄉	霧鹿村(9)、崁頂村(3)、加拿村(1)、海端村(3)、廣原村(2)	600
鹿野鄉	瑞和村(1)、瑞豐村(1)、龍田村(1)	600
達仁鄉	土坂村(4)、台坂村(1)、安朔村(1)、南田村(2)	500
關山鎮	月眉里(2)、電光里(1)、德高里(1)	650

資料來源：行政院農業委員會水土保持局(110.06 修訂)

五、土石流發生前徵兆

徵兆	原因
1. 附近有山崩或土石流發生(視覺)	代表周邊坡面地質已處於不穩定狀態
2. 野溪流量突然增加(視覺)	上游可能有豪雨
3. 有異常的山鳴(聽覺)	上游可能已發生崩塌或土石流
4. 溪水流量急遽減少(視覺)	上游野溪可能已被崩塌土石堵塞
5. 溪水中帶有漂流木(視覺)	上游可能發生山崩或河岸沖蝕
6. 溪水異常混濁(視覺)	上游可能發生山崩或河岸沖蝕
7. 溪流中有石頭摩擦聲音(聽覺)	因溪流流量增大
8. 有腐植土臭味(嗅覺)	上游可能發生山崩樹倒，從樹木腐植層散發出之臭土味
9. 有樹木裂開的聲音(聽覺)	上游可能發生土石流，撞裂樹木的聲音
10. 動物有異常行為(視覺)	動物的感官比人類敏銳，表示可能已發生人類無法感受的大自然異常現象
11. 感覺地表震動(觸覺)	土石流滾動時造成的震動
12. 上游有「GO」聲音(聽覺)及火光或像雷光的閃電	土石流流動時，巨石撞擊造成的現象

參、天然災害 / 地震篇

一、地震的發生

臺東縣的活動斷層共有 3 條，分別是池上斷層、鹿野斷層與利吉斷層，縱貫花東縱谷與臺東市區。臺東地區地處在「比較多」地震風險的地理位置，即是提醒我們必需要有防災意識及防災準備，才能將地震造成的災害降至最低，在臨震時趴下、掩護與穩住，餘震後要先檢視自身有無受傷，並檢視家中瓦斯、水管管線是否安全無虞，保持冷靜，才能保命。

(一) 地震發生

首先要確保自己的生命安全，躲避在堅固的桌子下，保護頭部及頸部的安全。

(二) 地震～ 3 分鐘

当地震停止，確認家人的安全，關掉瓦斯，發生火災先滅火，檢查出口是否暢通，若受困撥打電話或敲打聲響讓搜救人員知道。



(三) 3～ 5 分鐘

準備避難用品，注意掉落物與建築物聲響，關閉總電源、瓦斯，若發現火災，大聲呼叫“發生火災”，警告家人鄰居並撥打 119 報案，協助附近受困者與傷患。

(四) 5～ 10 分鐘

通知親朋好友與協助老弱婦孺，攜帶避難背包，前往避難處所。

(五) 10 分鐘後

共同合作執行緊急救援行動，優先救援高齡者與行動不便者，協助疏散避難。

(六) 10 分鐘～ 3 天後

注意政府發布的相關訊息，並配合行動，節約用水、用電。

(七) 3～ 10 天後

協助社區幹部組成自治管理組織，協助避難收容處所的運作。



二、震前_防災準備

(一) 居家環境安全檢視

首先必須檢視自家住宅周圍環境及危險處，明確知道附近有哪些防災設施，如防災公園、避難處所、滅火設備等位置。

(二) 加強鄰居交流互助

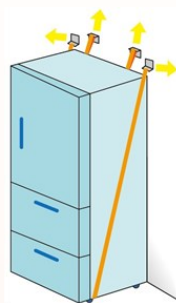
平時應多與鄰居交流，一同參與防災訓練，加強鄰里間的互助與自救訓練，降低災害造成的傷亡與損失。

(三) 注意自宅建物結構安全

老舊房屋應進行徹底的耐震安檢及整修，勿任意違法加蓋或拆柱、梁、樓地板、牆壁等，以免增加結構體負荷、破壞承載能力。



針對生活空間作安全檢查，
如房屋梁柱有無裂縫



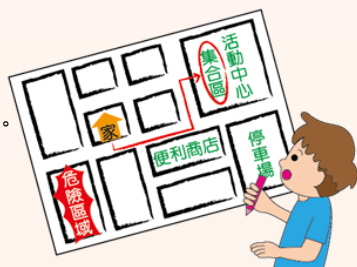
固定家具於牆面
防止傾倒

(四) 屋內安全總安檢

(五) 召開家庭防災會議

針對居家可能發生危險因子，擬定對策改善，預先設想地震發生時可以躲避位置，並且在家經常演練。應討論內容事項包含：

1. 增加緊急應變知識。
2. 定期檢查居家消防安全設備。
3. 定期檢查瓦斯爐、熱水器是否正常無損壞。
4. 確認住家附近避難處所及避難路線。
5. 確認緊急情況時，家人的聯絡方法和集合場所。



(六) 準備「緊急避難包」

請依家庭成員需求準備，如嬰幼兒請準備奶粉、奶瓶及尿布等；慢性病患請準備相關疾病用藥

1. 礦泉水
2. 食物(餅乾、泡麵、罐頭)
3. 證件影本(身分證、健保卡)
4. 少量現金
5. 急救包、日常用藥
6. 手電筒、電池、收音機
7. 保暖衣物、毛毯
8. 輕便型雨衣
9. 衛生紙、毛巾、口罩



每個家庭在家中都應該準備「**緊急避難包**」，並且放在隨手可以拿到的地方。地震時可依照逃生計畫攜帶逃生，「緊急避難包」內物品至少**每半年**檢查一次，避免過期。

(七) 熟悉本縣防災地圖

該地圖包含避難處所資訊(如收容人數、地址及電話)、防災相關資訊(如村里長、消防隊及派出所電話)，可至臺東縣消防局網站查詢。
網址：<http://www.tffd.gov.tw/?act=disaster>

三、震時_就地避難

地震發生時，應先保持冷靜、不要慌張，立即找到掩蔽物 - 「**趴下、掩護、穩住**」，直到地震結束。



圖片來源：內政部消防署

防震避難的首要觀念，就是自我保護，尤其是保護頭部及頸部安全。有關地震發生應變如下：

(一) 地震發生時，如果在室內...

1. 在客廳、餐廳或書房：儘可能躲在桌下，抓緊桌腳，遠離玻璃窗、吊燈(扇)、櫥櫃或冰箱及可能移動物品，保持低姿勢，雙手保護自己的頭部和頸部。
2. 在床上：留在床上，利用枕頭或棉被保護頭部，直到地震結束。
3. 在夜晚：因應停電，平時應準備手電筒，放在隨手可及的地方。
4. 在廁所浴室：不要急著離開廁所或浴缸，廁所浴室中支柱比較多，是相對安全且耐震的地方，但要注意牆上懸掛物品是否會掉落。
5. 在浴室：通常浴室比較不會有掉落物，相對比較安全，但要小心腳下水漬或肥皂，避免濕滑跌倒。
6. 在使用爐火：應立即關閉瓦斯，躲進安全位置(如：桌下)，就地避難。如果距離爐火較遠，請先就地避難，不要貿然衝去關火，以免受傷。
7. 切勿靠近窗戶，以防震碎玻璃割傷。
8. 避難時：一定要穿鞋及戴上安全帽，記得攜帶「緊急避難包」。



9. 聽取官方正確資訊再行動，千萬不要在混亂的災害現場，打聽不正確的消息，道聽塗說造成恐慌。

(二) 在辦公室時...

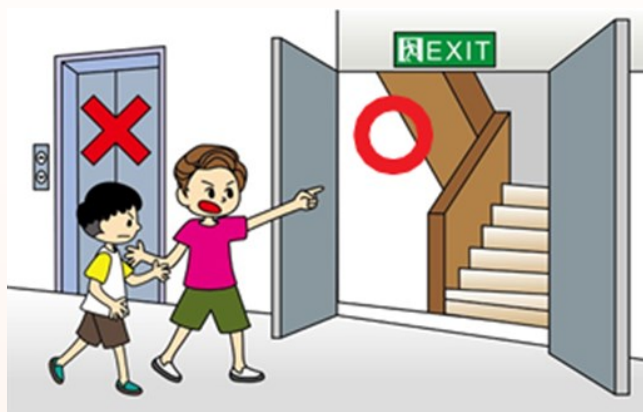
利用桌子保護頭部、頸部和身體，以防燈具、吊扇...等懸吊物或玻璃、雜物掉落。

(三) 在工廠時...

關閉廠房電源，停止機具運作，就地避難。

(四) 在電梯內...

1. 按下電梯內部開關按鈕，讓電梯停在最近的樓層，門開後儘速離開。
2. 逃生避難時，應走樓梯，不可搭乘電梯，以免受困。



(五) 在學校時...

1. 在教室內，利用桌子保護頭部、頸部和身體安全，以免被掉落的物品砸傷。
2. 聽從老師的指示行動，切勿驚慌失措。
3. 在實驗室時，遠離火源和化學藥品，前往安全的地方避難。
4. 在體育館時，注意天花板掉落的物品，到安全空間，就地避難。
5. 在走廊時，不要強行返回，抱住頭部、蹲低姿勢、就地避難，小心窗戶玻璃。
6. 在校園時，立即到空曠、無遮蔽處，且地板沒有裂縫的地方避難。

(六) 在戶外時

1. 立即前往空曠地區或騎樓下躲避，避免聚集在高樓層建築及高壓輸電線下方，切勿慌張衝進室內。
2. 不要靠近狹窄巷道，注意可能有外牆倒塌，招牌、冷氣機、花盆等物品砸落，路樹倒塌、電線掉落等情況，應遠離工地、電線桿、圍牆及受損建築物等地方。
3. 若在陸橋上或地下道，應鎮靜迅速離開。
4. 山區道路坍塌或地層下陷可能發生落石山崩，不可貿然通行。
5. 河口及海邊可能發生海嘯，千萬不可前往觀潮。
6. 在開車或騎車時，切勿慌張減速，應緩踩剎車，停靠路肩，注意招牌等掉落物。
7. 若行駛於高速公路或高架橋上，應緊握方向盤，小心迅速駛離。
8. 搭乘大眾運輸工具時，緊握扶手或吊環，車停後聽從站務人員指示避難疏散。
9. 在百貨公司、電影院等公共場所時，請遵守引導人員逃生方向指示。



四、震後_協助救援及檢視安全

(一) 受困時求救

請勿輕舉妄動、保持冷靜，確認自己有沒有受傷，製造聲響，讓外面的人知道自已的位置與情況。

(二) 鄰里互助共助

1. 確認家人和家裡一切平安，再確認附近鄰居是否安全，是否需要援助。
2. 確認關閉瓦斯爐、暖爐等開關。停水前，儘量利用水桶、水壺和鍋子儲存用水。

(三) 避難收容

簡易疏散避難地圖可提供住家附近避難收容處所位置及相關資訊。
網址：<http://210.241.116.208/disaster/index.php>

(四) 1991 親友協尋

1. 各種報平安的方法

災害發生後，由於擔心親友安危，通訊量大增而塞爆，使得許多重要救災訊息受阻，為避免影響救災，請先與家人約定聯絡方式。

2. 聯絡其他縣市的親友

請先設定緊急聯絡人，例如遠方親戚或好友。災害發生時，可以利用內政部消防署建置「1991 報平安語音留言專線」，預先查看使用方式，以備不時之需。



大型災害發生時，也可運用「災區親友現況查詢」系統。透過此網路平台建立個人、親友現況資訊，提供查詢親朋好友是否平安；系統整合政府撤離與收容名冊、傷亡名單，並同步連線「1991 報平安語音留言專線」系統，讓防災作業整合更加完備。

(五) 安全檢視

1. 檢查瓦斯管線是否受損，先關上瓦斯開關，若有漏氣，應輕輕打開窗戶通風，並且通知消防隊與瓦斯公司（瓦斯行）派員處理。（※聞到瓦斯味，千萬不可使用火柴、手電筒，以及開、關任何電器，也不可插、拔插座，以免產生火花，引起爆炸）
2. 檢查電線是否受損，先關閉電源，以免火災。
3. 檢查水管是否受損，先關閉自來水總開關。
4. 檢查冷氣、商店招牌是否鬆脫。

NEW!

新地震震度分級表

震度細分 防災落實更準確

震度分級	人的感受	屋內情況	屋外情況	示意圖
0級無感	人無感覺。			
1級微震	人靜止或位於高樓層時可感覺微小搖晃。			
2級輕震	大多數的人可感到搖晃，睡眠中的人有部分會醒來。	電燈等懸掛物有小搖晃。	靜止的汽車輕輕搖晃，類似卡車經過，但歷時很短。	
3級弱震	幾乎所有的人都感覺搖晃，有的人會有恐懼感。	房屋震動，碗盤門窗發出聲音，懸掛物搖擺。	靜止的汽車明顯搖動，電線略有搖晃。	
4級中震	有相當程度的恐懼感，部分的人會尋求躲避的地方，睡眠中的人幾乎都會驚醒。	房屋搖動甚烈，少數未固定物品可能傾倒掉落，少數傢俱移動，可能有輕微災害。	電線明顯搖晃，少數建築物牆磚可能剝落，小範圍山區可能發生落石，極少數地區電力或自來水可能中斷。	
5級強震	大多數人會感到驚嚇恐慌，難以走動。	部分未固定物品傾倒掉落，少數傢俱可能移動或翻倒，少數門窗可能變形，部分牆壁產生裂痕。	部分建築物牆磚剝落，部分山區可能發生落石，鬆軟土層可能出現噴沙噴泥現象，部分地區電力、自來水、瓦斯或通訊可能中斷。	
5強強震	幾乎所有的人會感到驚嚇恐慌，難以走動。	大量未固定物品傾倒掉落，傢俱移動或翻倒，部分門窗變形，部分牆壁產生裂痕，極少數耐震能力較差房屋可能損壞或崩塌。	部分建築物牆磚剝落，部分山區發生落石，鬆軟土層可能出現噴沙噴泥現象，部分地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷，少數耐震能力較差房屋可能損壞或崩塌。	
6弱烈震	搖晃劇烈以致站立困難。	大量傢俱大幅移動或翻倒，門窗扭曲變形，部分耐震能力較差房屋可能損壞或倒塌。	部分地面出現裂痕，部分山區可能發生山崩，鬆軟土層出現噴沙噴泥現象，可能大範圍地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷。	
6強烈震	搖晃劇烈以致無法站穩。	大量傢俱大幅移動或翻倒，門窗扭曲變形，部分耐震能力較差房屋可能損壞或倒塌，耐震能力較強房屋亦可能受損。	部分地面出現裂痕，山區可能發生山崩，鬆軟土層出現噴沙噴泥現象，可能大範圍地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷。	
7級劇震	搖晃劇烈以致無法依意志行動。	部分耐震較強建築物可能損壞或倒塌，幾乎所有傢俱大幅移動或翻倒。	山崩地裂，地形地貌亦可能改變，多處鬆軟土層出現噴沙噴泥現象，大範圍地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷，鐵軌彎曲。	

肆、天然災害 / 海嘯篇

一、海嘯形成

海嘯的產生，源自於海水突然受到巨大能量的干擾（如地震造成的海底變形、海底山崩、海底火山爆發或隕石撞擊等），垂直方向產生強烈擾動。其深度越大時，波浪傳遞速度越快，因此巨大能量在深海區域的海面會形成速度極快（時速可達 700 公里以上）、波長極長（可達 100 公里）但振幅可能僅數十公分的波浪，海面上的船隻可能難以察覺。當巨大能量抵達岸邊時，因海底變淺，海浪受阻而速度變慢，沿著海底斜坡上溯疊加，使浪高急劇增加達數十公尺，侵襲沿海可達數公里。

臺灣的遠洋海嘯來自太平洋，由於東部海岸地形陡峭，海底深達數千公尺，從太平洋傳來的波浪受到阻擋，容易折射出海，不易沿海岸上溯，對臺灣影響較小。但是在陸地邊緣近海區域產生的海嘯，則需提高警覺，尤其是地震引發海底山崩，對於沿海區域將會造成莫大災害。臺東縣擁有全臺最長的海岸線（176 公里），再加上綠島及蘭嶼等兩座離島，海嘯的威脅不可輕忽。當海嘯靠近岸邊時，海平面會先突然大幅往後退去，此時岸邊的人約有數分鐘的時間，可往高處逃生。由於海嘯是連續的大浪，千萬不要在第一次大浪退去後靠近海邊。

二、防災須知

(一) 針對海嘯之平日防護措施

1. 可在距離海岸較遠的高處設置避難處所，規劃逃生道路，以利民眾前往避難，而且逃生路線應遠離海嘯可能溯溪而上的河川。
2. 應在人潮密集處設置看板，指明逃生路線及避難方法。
3. 在沿岸地區設置廣播系統，以利發布海嘯預警訊息，指示民眾疏散方向及避難方式。
4. 沿岸地區的居民應定期實施避難演習訓練，為使防災教育普及化，可將防災知識納入義務教育教材。
5. 教育一般大眾有關海嘯的基本常識，如在海邊感覺地震或發現海水有暴退現象，皆應迅速朝向內陸高處移動。

(二) 海嘯來襲時的緊急應變措施

1. 海嘯發生時，應依循演習訓練步驟及路線，迅速疏散至安全場所。

2. 沿海地區發生較大地震時，要有海嘯可能來襲的憂患意識，應儘速前往高處避難，並注意相關資訊，若來不及逃到高處，則朝向建築物最上層或屋頂移動。
3. 避難時，優先往高處走，必要時，甚至還要進行二次避難，前往更高的地方。因為海嘯危害的程度，往往不能倚靠過去經驗判斷，寧可以最壞的情況，進行逃生避難。
4. 船隻收到海嘯警報時，應視海嘯到達時間，儘速前往外海避難。
5. 海嘯波常會多次侵襲，可能持續數小時，在未解除警報前，不可鬆懈戒備、心存僥倖，為搶救財物而喪失性命。



(三) 海嘯來襲之災後處理措施

1. 海嘯會留下大量殘留物，包括砂石、破屋或屍體...等，應即早清除，避免二次災害。
2. 海嘯過後，應儘速完成避難收容安置作業，並與逃過劫難的倖存者互相扶持、共度難關。



伍、火災篇

一、火災的定義及分類

(一) 火災的定義：在時間和空間上失去控制的燃燒所造成的災害。

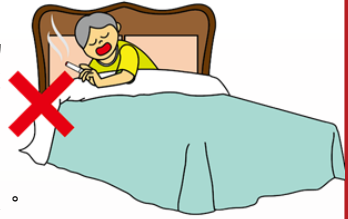
(二) 火災的分類

類別	名稱	說明	建議滅火方式
A 類火災	普通火災	指木材、紙張、纖維、棉毛、塑膠、橡膠等可燃性固體引起之火災	可藉水或含水溶液的冷卻作用，使燃燒物溫度降低，達到滅火效果，亦可採窒息方式、移除可燃物等方式滅火
B 類火災	油類火災	指石油類、有機溶劑、油漆類、油脂類等可燃性液體及可燃性固體引起之火災	可以掩蓋法隔離氧氣，採窒息方式滅火，亦可移除可燃物或降低溫度
C 類火災	電氣火災	指電氣配線、馬達、引擎、變壓器、配電盤等通電中之電氣機械器具及電氣設備引起之火災	使用不導電的滅火劑控制火勢，亦可截斷電源後，依情況採 A 或 B 類火災方式滅火
D 類火災	金屬火災	指鈉、鉀、鎂、鋰與鋇等可燃性金屬物質及禁水性物質引起之火災	通常必須使用針對金屬火災之特定滅火劑才能有效滅火，並需視金屬種類使用特定滅火劑。亦可嘗試以窒息或移除可燃物方式滅火，但千萬不可用水滅火，因為以水滅火可能因氧化，反應而使火勢更加旺盛

二、火災防範

(一) 養成良好生活習慣

1. 亂丟菸蒂是縱火的行為，床上抽菸更易失火燒身，抽菸人士務必養成隨手熄滅菸蒂的習慣。
2. 大人外出切勿將小孩反鎖在家，火柴、打火機等需放在安全處，以免小孩玩火。
3. 睡前或外出時，關閉電器、熄滅火源。
4. 生火取暖或蚊香薰蚊蟲時，務必小心，儘量遠離可燃物。
5. 煮飯、燒菜時，應避免離開現場；當油鍋起火時，立即將鍋蓋蓋上或用溼毛巾覆蓋，切勿用水撲救。
6. 燃放爆竹，應遠離易燃物品。未滿 12 歲兒童，禁放「飛行類」、「升空類」、「摔炮類」等爆竹，勿讓孩童任意玩放。
7. 使用蠟燭及薰香燈等物品，儘量避免離開現場。
8. 燃燒紙錢祭祖時，應使用鐵桶等容器，避免風吹散造成意外。
9. 注意住宅附近可疑人物，居家四周不要堆積易燃物，機車避免置放騎樓，遭人縱火。



(二) 注意居家生活安全

1. 揮發性油類【汽油、酒精、香蕉油、溶劑油等】，最容易引起火災，切勿存放家中。
2. 住宅四周巷道，有違章建築、違規停車或擅自設攤者，均會影響消防救災，應隨時向有關單位檢舉。
3. 裝潢、隔間應注意裝修規範（使用耐燃材料），以免火警時產生濃煙阻礙逃生。
4. 廚房塵垢、油汙應隨時清除，避免堆積引起火災。
5. 樓房窗戶裝置防竊鐵柵或廣告招牌等，容易妨礙逃生，如有加裝鐵柵者，應開設一活動門並隨時注意出入無礙，以免發生火警，無法打開而阻礙逃生。

6. 為提早示警增取避難時間，住宅應裝設住宅用火災警報器。
7. 窗簾、地毯及布幕...等儘可能使用防焰材質。



(三) 注意用電安全

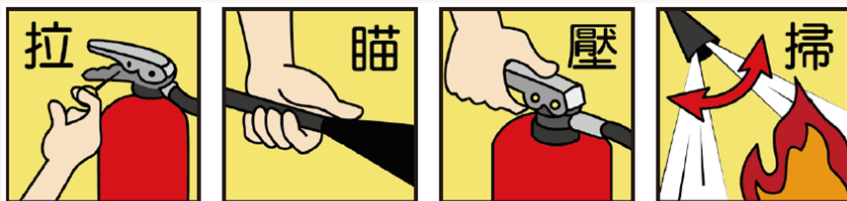
1. 用電不可超過電線許可負荷能力。
2. 切勿自接臨時線路或任意增設燈泡及插座。
3. 勿利用分叉、多孔插座，或同時使用多項電器。
4. 電線延長線不可放在地毯或掛在有易燃物牆面上。
5. 使用電暖爐時，切勿靠近衣物或易燃物品。
6. 電器插頭務必插牢，不使鬆脫，以免發生火花引燃鄰近物品。
7. 保險絲熔斷，通常是用電過量的警告，切勿誤以為保險絲太細而換用較粗或以銅絲、鐵絲替代。
8. 經常檢視插座、插頭是否有焦黑、綠鏽或累積塵埃等現象。

三、滅火逃生設備使用

(一) 滅火器操作

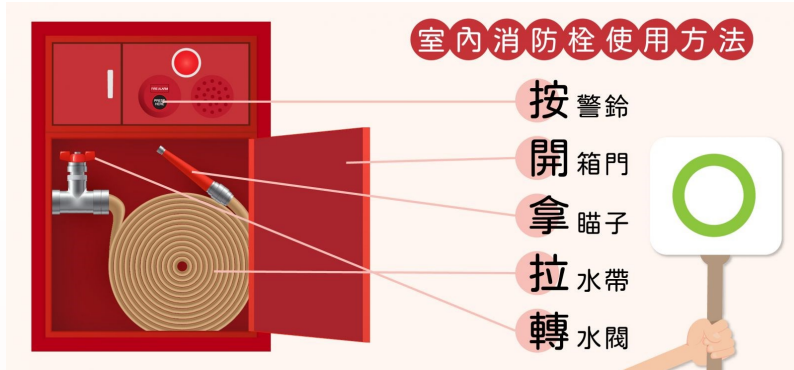
滅火器操作口訣：**拉、瞄、壓、掃**

「**拉**」開滅火器的插梢，手拿噴嘴「**瞄**」準火源根部，「**壓**」下把手放射滅火藥劑，再左右「**掃**」射火源根部，直到藥劑無法有效攻擊火源為止。



熄滅後，用水澆熄餘燼，並確定火已熄滅。

(二) 室內消防栓操作



圖片來源：內政部消防署

(三) 緩降機操作

緩降機使用方法：

1. **掛掛鉤**：取出緩降機並打（旋）開掛鉤接口，將緩降機掛於固定架上（掛鉤附螺栓將螺栓栓緊）。
2. **丟繩索及輪盤**：將繩索及轉盤丟至窗外。
3. **套安全背帶**：將安全背帶套於腋下。
4. **束束環**：確實將束環束至胸口。
5. **推牆壁**：拉緊調節器下兩條繩索，攀出窗外面向牆壁後放開雙手。下降時左手緊握束環外側背帶，右手輕觸牆壁保持下降穩定性，如此可排除牆面突物的阻礙。
6. 下降到底後順勢將繩索向下拉，以利下一位逃生者使用。

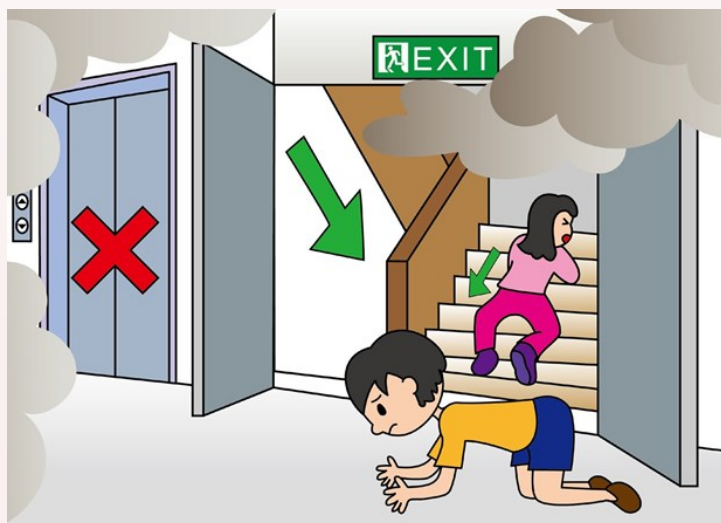
※ 操作注意事項：

- ① 將繩索及轉盤丟下時，確認繩索沒有受到障礙物阻隔。
- ② 繩索丟下時不可打結。
- ③ 緩降機使用樓層（繩索長度）是否正確。
- ④ 使用緩降機時雙手不可上舉，以防安全索脫落，造成生命危險。



四、避難逃生注意事項

1. 火災發生時，應保持冷靜，立即通知周圍人員逃生，並大喊「失火了」。
2. 循著避難指標方向，由安全梯逃生，若無法由安全梯逃生，必要時，可使用避難器具逃生，例如：緩降機、救助袋等。
3. 火警發生，一旦逃離火場，切勿再冒險進入搶救財物。
4. 火災時，切勿冒險自高樓跳下。
5. 火警發生時，在屋內切記不可慌張就朝衣櫥或床底躲避。
6. 避難逃生時，溼毛巾不是必要的，不要為溼毛巾而錯失逃生時機。
7. 發現起火時，應立即喚醒、警告睡眠中，或正從事其他活動的家人及同伴，一起逃出屋外再報警。
8. 不要為了滅火，喪失避難逃生時機。
9. 逃生分秒必爭，勿將時間浪費在穿衣服或尋找重要物品上，以免受困火場無法逃生。
10. 對老弱婦孺及身障行動不便人士，應協助優先脫離災害現場。



11. 當安全梯內無煙時，應立即往下逃生至避難層；若安全梯有濃煙，則不宜貿然往上避難。
12. 安全梯或房間內外有濃煙時，不宜冒險進出，宜選擇關門留在室內待救，防止煙侵入，尋找求生的方法。應立即以溼毛巾塞住門縫及關閉空調，以及濃煙可能進入之進風口，若窗外有煙時，則不宜開窗。



圖片來源：取自 TED TALK

13. 不要搭乘電梯逃生。
14. 在室內待援時，設法告知外面的人目前所在位置，讓消防隊能設法搶救。利用室內電話或手機告知他人或 119，或在窗戶邊或陽台揮衣呼救，讓地面的人知道有人待救。

(一) 身體著火時

口訣：停、躺、滾



(二) 撥打 119 與 112

1. 撥打 119 (聽語障報案，當撥通專線後，請依需求，連續按壓 1 或 9)。
2. 告知受理人員報案需求? 譬如火災、救護或是需要其他救助?
3. 告知目前的狀況? 有多少人待援?
4. 待援所在的位置? 說明地址以及附近顯著的目標物。
5. 提供自己或現場聯絡人的手機、電話。
6. 119 救災救護指揮中心將立即派遣最近的消防人、車前往。

服務項目

- ❶ 火災報案
- ❷ 緊急救護
- ❸ 災害搶救
- ❹ 檢舉案件
- ❺ 其他

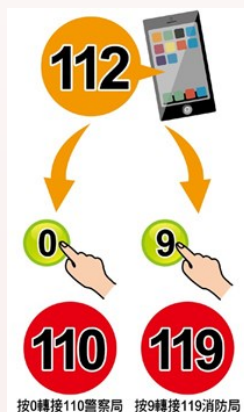
罰則

謊報火警或無故撥打消防機關報警電話者，依照消防法第 36 條規定，將處新臺幣 3,000 元以上 15,000 元以下罰鍰



【行動電話】撥打 112 使用時機與方法

1. 當遇到緊急狀況，所在位置收訊不佳時，只要手機收發功能正常，只要有任何一家 3G/GSM 電信系統業者的訊號，就可以幫您轉接警察局或消防局，而且「112」有中、英文語音說明，對來臺旅遊的外國朋友也能方便使用。
2. 行動電話手機撥打「112」，將會聽到以下語音：「這是緊急救援電話，報警請按“0”，救援請按“9”，按“0”轉接至“110”警察局，按“9”轉接至“119”消防局。



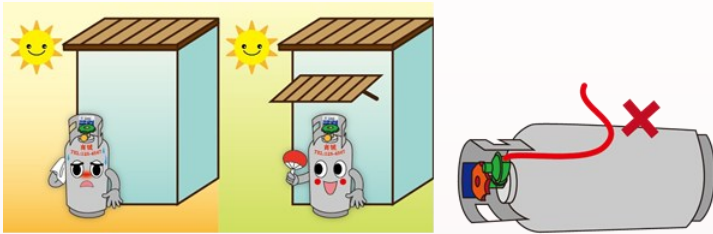
五、瓦斯災害

瓦斯是一般民眾對氣體燃料的通稱，事實上，目前臺東地區供作家庭使用之氣體燃料係為「液化石油氣」。液化石油氣又稱「桶裝瓦斯」，是石油煉製的產品之一，主要成分為丙烷與丁烷的混合物，一般常加壓成液態儲存於鋼瓶，供應用戶使用。



※ 平時注意事項

1. 桶裝瓦斯應直立使用，並置放於通風陰涼處，避免曝曬與潮溼。



2. 桶裝瓦斯應與火源保持適當距離，並遠離可燃物品。
3. 檢查桶裝瓦斯之橡皮管，有龜裂、破損時，立即更換。
4. 橡皮管不宜過長，可加裝安全夾，防止脫落。
5. 勿在通風不良處使用瓦斯熱水器，避免瓦斯燃燒不完全。
6. 瓦斯爐使用後，應確實關閉瓦斯桶及瓦斯爐具開關。
7. 炊煮時，應留意火焰不被風吹熄。
8. 烹煮食物之湯汁不要盛裝過滿，以免溢出淹熄火焰。
9. 酒精、汽油等易燃物品不要放置在瓦斯爐具附近，電源插座也應保持距離。
10. 外出或就寢前，應確認關閉瓦斯開關。
11. 購買桶裝瓦斯時，應注意鋼瓶上的檢驗卡標示「下次檢驗期限」是否到期，發現瓦斯鋼瓶已過期，應拒絕使用，避免發生危險。



12. 炒菜時，油鍋著火原因如下：

- ① 油溫過高
- ② 葉菜含有水分，炒菜時熱油濺出而著火
- ③ 炒菜鍋有裂縫
- ④ 抽油煙機、排油煙管附著過多油垢，油垢受到高溫或明火引燃

正確作法

步驟一：蓋上鍋蓋

步驟二：關閉爐火及抽油煙機

步驟三：讓炒菜鍋靜置冷卻

若發現火勢過大，無法接近火源時，建議儘快遠離現場並撥打 119 求助。千萬不要用水滅火，由於油比水輕，如果將水往油鍋裡倒的話，油會浮在水面上，當水遇熱時，將蒸發為水蒸氣，在上方的油會隨著水蒸氣四散，使火越燒越旺，造成更大的危險。

陸、防溺篇

一、一般注意事項

教育部教防溺、救溺的重要觀念歸納成「救溺五步、防溺十招」。

※「救溺五步」

●	叫	大聲呼救
●	叫	打電話，向 118、119、110 或 112 求救
●	伸	拿竹竿、樹枝等延伸物，讓溺水者拉住
●	拋	將球、瓶、繩等漂流浮物拋向溺水者
●	划	利用救生圈、保麗龍等浮具，划向溺水者，將人救回



※「防溺水十招」

1. 戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
2. 避免做出危險行為，不要跳水。
3. 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳，格外小心。
4. 不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
5. 下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。
6. 不可在水中嬉鬧惡作劇。
7. 身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。
8. 不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
9. 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。
10. 加強游泳漂浮技巧，若不幸落水要保持冷靜，切莫驚慌。



二、游泳池安全要點

1. 池邊不可奔跑或追逐，以免滑倒受傷。
2. 池邊不可任意推人下水，以免撞傷他人或撞到池邊。
3. 池邊嚴禁跳水，常因水淺，容易撞傷頸椎受傷，導致終生癱瘓。
4. 戲水時，不可將他人壓入水中，以免嗆水窒息。
5. 潛水時，應依自身能力為限，避免發生意外。
6. 水中活動，若感覺寒意，或有抽筋現象時，應登岸休息。
7. 游泳前進時，應張開眼睛，跟前者應保持安全距離，避免被踢到而受傷。
8. 發現有人溺水時，即刻大叫「有人溺水」並撥打 119 向消防隊請求支援，無論是是否學過水域救生，皆不可貿然下水救援。
9. 在水中發現自己體力不足，無法游回池邊時，應立即舉手求救，或大聲喊叫「救命」，等待救援。
10. 若海水浴場附有滑水道設施，起點需有安全人員管制，避免碰撞前者遊客頭部；終點則要有人員協助清理水道，以策安全。



三、海灘游泳安全要點

1. 應在設有救生人員值勤的海域游泳，聽從指導，勿超越警戒線。
2. 海邊戲水，不要依賴充氣式浮具（如游泳圈、浮床等）助泳，若洩氣，將無所依靠，容易造成溺水。
3. 海中游泳，基於海水是流動狀態，有海流、有波浪，與游泳池不同，故需要加倍的耐力及體力才能達到同等距離，不可高估自己的游泳能力，才不會造成不幸。
4. 嚴禁兒童單獨戲水，以免發生意外。
5. 不可在船行航道、港區、急流區、礁岩區或碼頭邊游泳。
6. 颱風來襲前後二天，海裡風浪大、浴場關閉，或太陽下山後（夜間），不可入水游泳。
7. 強烈太陽照射，可能遭曬傷，應擦防曬油或穿防曬衣、戴帽子及太陽眼鏡防護。
8. 當大浪來侵時，不可正面迎撞，應潛入水中避浪或借用浪的推力，以捷泳高速前進回到岸邊。
9. 在海中，若皮膚受傷出血時，應立即上岸。若遭受水母、海蛇等侵襲，應即登岸治療。
10. 海面遠方忽然傳來隆隆不停的聲響，且聲音越來越大，可能是海嘯，所有人（包括水裡及岸上）立即往高處逃。
11. 有人溺水時，應大聲喊叫或撥打 118、119、110 請求協助，不論是否有學過水上救生，皆不建議貿然下水，以免造成溺水。
12. 若被海流捲到外海，應向岸上發出求救信號，保持體力及體溫，查看周圍是否有可助浮的漂流物，加以利用，等待救援。
13. 若太平洋沿岸有地震發生時，要特別注意氣象報告，收聽是否有發布海嘯消息，近期不要到海邊游泳。

四、河川、溪流、湖泊安全要點

1. 溪流水域深淺不一，水溫差異甚大，在坡度大的地區，可能會有急流及漩流，需特別注意安全。
2. 水底多為滑溜卵石，在水中行走時，應注意避免滑倒。
3. 不要在水質不清或受污染的溪流游泳。

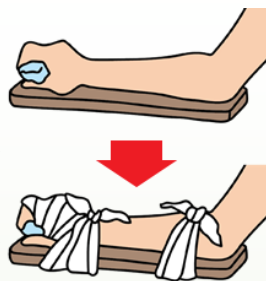
4. 在水庫下游進行水上活動時，要特別注意水庫洩洪資訊及時間，以免被圍困在沙洲或被水沖走。
5. 遇到大雷雨或地震發生時，應立即離水上岸，往安全處逃避。
6. 當上游山區烏雲密布，或聽到上游傳來隆隆聲響越來越大，或看到溪水變色，水面忽然上升，這是山洪爆發的前兆，應立即離開前往高處逃。
7. 深潭、野塘、水埤等處，水質多不佳且深度不明，水底雜物多而屬泥沼地，若在該地區玩水，容易受傷、陷入泥沼，無法自拔而喪命。
8. 若遇水暴漲，受困岩石上或在沙洲中，應保持冷靜，等待救援，或尋找可助浮且耐沖擊的東西，萬一被水沖走時，可將物品置於身體下方，避免身體直接被撞傷。
9. 若不幸被溪水沖走時，身體應採取仰姿，保持腳在前、頭在後，以免頭被撞傷；看到前方水面有高浪，即表示水底有巨石，應設法避開，避免撞傷；如遇轉彎處，應游向內彎緩流處，即可順勢上岸。
10. 許多溪流看似平靜，水底下卻暗藏惡流，一旦被捲入，將難以抽身。
11. 勿前往有標示危險水域的地區戲水。



柒、救護篇

一、骨折

1. 不做不必要的移動。
2. 除非有生命危險，否則應在意外現場先給予骨折固定，再搬運送醫。
3. 若為開放性骨折，應優先處理傷口，止血後再固定。
4. 移動傷患前，先小心剪開或撕開疑似骨折部位的衣服，並除去飾物。
5. 處理骨折前，必需先處理呼吸道哽塞、呼吸問題或嚴重大出血等直接威脅生命的緊急情況。
6. 維持傷患呼吸道暢通。
7. 骨折處固定後，抬高受傷的肢體，以減輕腫脹。
8. 若無法判定是扭傷、脫臼或骨折，應以骨折方法固定。
9. 露出肢體末端，便於觀察血液循環情況。
10. 冰敷袋局部冰敷，減輕肢體腫脹及疼痛。
11. 切勿強行將突出的斷骨推回原位，並且不要將藥物或其他東西敷於傷口處。



二、抽搐

1. 先行解開患者的領帶和領口扣子。
2. 患者抽搐時，保持呼吸道暢通，不可塞入任何東西到患者口中，避免呼吸道阻塞及受傷。
3. 移開病人周圍物品，以免抽搐發作撞傷。
4. 勿強行約束抽搐中的肢體，以免造成骨折。
5. 必要時給予氧氣。
6. 緊急送醫。

三、創傷出血

1. 為避免感染風險，應儘量避免直接接觸傷病患血（體）液，應戴上手套和口罩。
2. 檢查患者全身狀況及傷口情形，有立即可見且持續出血時，給予加壓止血。
3. 傷口若有血液凝塊，切勿除去，應澈底洗淨傷口、除去異物，以防感染，使用生理食鹽水或乾淨的飲用水將傷口沖洗乾淨。
4. 若有持續出血現象，設法止血外，還需注意傷患是否休克，必要時進行休克處置。
5. 消毒、覆蓋傷口及包紮固定，必要時緊急送醫。
6. 如為內出血不可揉搓，以免微血管破裂更嚴重，應該採用冷敷方式處理，在例行急救措施後，儘快送醫。

四、休克

因組織灌流不足而使組織或器官缺血缺氧，造成血壓下降、脈搏快而弱、呼吸急而淺、皮膚溼冷、臉色蒼白、不安、焦躁，以下為簡易急救處置。

1. 維持呼吸道通暢。
2. 單純休克無其他嚴重者採休克姿勢，即患者平躺後，將下肢抬高 20 ~ 30 公分。
3. 呼吸困難者，立即採半坐臥姿勢。
4. 頭部有外傷者，採頭肩墊高的姿勢。
5. 腹部創傷者，採頭肩部及腳抬高姿勢。
6. 患者昏迷時，採復甦姿勢，保持呼吸道暢通。
7. 控制外在出血，必要時給予高濃度氧氣。
8. 注意保暖。
9. 不可給予任何食物和飲水。

五、溺水

1. 請旁人協助撥打 119 求助。
2. 不可貿然直接下水救人，儘量以間接方法施救。
3. 救起溺者後，立刻暢通呼吸道，依情況施予人工呼吸或 CPR，同時供給氧氣，不要強行擠出肺中或胃裡的水分
4. 預防失溫，將保暖衣物包裹溺者身體，維持體溫。
5. 溺者有嘔吐情形時，將溺者翻身側臥，避免呼吸道阻塞或造成吸入性嗆傷。
6. 溺者疑似脊椎受傷時，援救時以頸椎及脊椎受傷的情況加以保護及固定。
7. 溺水患者急救清醒後，仍需送醫由醫生評估觀察，預防續發合併症。

CPR-叫叫CD



叫

輕拍患者肩膀檢查有無意識並評估有無呼吸？



叫

大聲呼救請人打119和取得AED。



C

在胸部中央(兩乳頭連線與胸骨交叉的位置)進行胸外按摩，下壓深度5-6公分、速率每分鐘100-120次，每次按壓必須讓胸部充分回彈持續按壓直到患者意識清醒或專業救護人員到來。



D

現場若有AED應馬上使用AED。開啟電源後依照AED指示語音操作。

六、中風

1. 判斷辛辛那提腦中風指數。
2. 患者若疑似中風，記住發作時間，提供醫生治療時參考。必要時撥打 119 協助送醫。
3. 解開緊身衣物如領帶、皮帶或胸罩。
4. 維持呼吸道暢通、清除嘔吐物、取出假牙、臉向側面。
5. 不要給予患者任何藥物或食物，以免吸入性嗆傷。
6. 維持適當姿勢，如上半身抬高後側躺。
7. 儘速送醫。



七、燙傷

1. 離開熱源

首先設法**去除熱源**

2. 沖

立即冷卻，在流動**清水沖洗傷口 15 ~ 30 分鐘**，如受傷面積較大時，最好泡浸浴缸中，千萬不可使用冰塊或溫度過低之物體降溫，避免造成凍傷



3. 脫

在水中小心除去及剪開衣物，若衣服和皮膚黏在一起時**不要強行扯開**，避免造成二次傷害



燙傷口訣：

沖、脫、泡、蓋、送。

4. 泡

冷水持續**浸泡 15 ~ 30 分鐘**，可減少疼痛，並將餘熱完全去除



5. 蓋

燒燙傷部位**覆蓋乾淨布巾、床單、紗布或衣服**，保暖及預防感染



6. 送

儘速**送醫急救、治療**



八、毒蛇咬傷

1. 在無法確認或未鑑定是否有毒的情況下，一律以毒蛇咬傷方式急救。
2. 設法記住蛇的特徵、形狀及花色，作為醫師評估抗毒血清的依據。
3. 保持被咬傷的肢體低於心臟，移除可能影響血液循環之戒指、手鐲、鍊子等物品。
4. 安撫患者驚慌情緒，讓患肢保持靜止，勿隨意移動，避免患者心跳加速，使得血液循環變快，加速毒液吸收。
5. 維持基本生命徵象穩定，維持患者的呼吸道暢通、呼吸、循環等基本生命現象，以及給予氧氣。
6. 對咬傷部位不要冰敷，因為冰敷不但會造成凍傷，而且會造成反彈性血管擴張。
7. 儘快將病患送醫，接受抗蛇毒血清過敏試驗後，注射抗毒蛇血清。



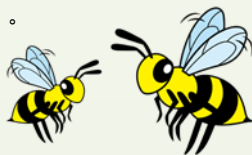
臺灣六大毒蛇



圖片來源：衛生福利部疾病管制署及宜蘭大學毛俊傑老師部分提供

九、蜂螫

1. 觀察患者生命徵象，是否有無胸悶、頭暈或其他身體不適狀況。
2. 使用信用卡或刀片刮除螫針，但要避免擠壓毒囊。
3. 清洗叮咬處時，擠出傷口毒血。
4. 避免發生過敏性休克，若有不適應立即送醫。



臺東縣地區災害應變中心聯絡電話

單位名稱	聯絡電話
臺東縣災害應變中心	089-357576
臺東市災害應變中心	089-322098
卑南鄉災害應變中心	089-381368
長濱鄉災害應變中心	089-831568
成功鎮災害應變中心	089-853226
東河鄉災害應變中心	089-896200
海端鄉災害應變中心	089-931370
池上鄉災害應變中心	089-862041
關山鎮災害應變中心	089-811179
鹿野鄉災害應變中心	089-580134
延平鄉災害應變中心	089-561285
金峰鄉災害應變中心	089-751144
太麻里鄉災害應變中心	089-781301
大武鄉災害應變中心	089-790015
達仁鄉災害應變中心	089-702249
綠島鄉災害應變中心	089-672510
蘭嶼鄉災害應變中心	089-731669

防災資訊

■國家災害防救科技中心 LINE 示警資訊

當有示警資訊發布時會透過 LINE 主動推播。相關訊息類型有：颱風、地震、降雨、雷雨、低溫、強風、濃霧、海嘯、淹水、河川高水位、水庫放流、道路封閉、土石流、停班停課、國際旅遊疫情、空氣品質等。

加入方式

- 1 掃描 QR code
- 2 前往 Line 官方帳號搜尋@NCDR



■國家災害防救科技中心_災害潛勢地圖網站

提供各縣市(含鄉鎮市區、村里)災害潛勢資料，包括淹水、土石流、山崩、斷層、海嘯溢淹等災害潛勢圖資查詢服務。

連結網站

<https://dmap.ncdr.nat.gov.tw/%E4%B8%BB%E9%81%B8%E5%96%AE/%E5%9C%B0%E5%9C%96%E6%9F%A5%E8%A9%A2/gis%E6%9F%A5%E8%A9%A2/>

■臺東縣災害情資網

提供在地化災情資訊，包括天氣分析、空氣品質、豪大雨、颱風、地震、海嘯及產業(農業與觀光旅宿業)應用等。

連結網站

<https://eocdss1.ncdr.nat.gov.tw/web/ot/td>

■國立臺東大學防災科技資訊中心

針對臺東地區各類型災害特性及潛勢等研究，以及防災教育宣導和推廣，並且協助地方政府防災決策與運作。

連結網站

<http://dsrc.nttu.edu.tw/>

臺東縣縣民防災手冊

發行人：管建興

出版發行：臺東縣消防局

地址：臺東市四維路二段 100 號

電話：089-322112

主編：王文清

執行編輯：傅惠民、王怡茜

編輯委員：盧東發、林建誠、吳昇遠、劉東興、郭俊宏、
孫揚文

編審單位：臺東縣民政處、臺東縣建設處、臺東縣社會處、
臺東縣農業處、臺東縣環保局

美術設計：雷雅如

初版年月：中華民國 110 年 7 月

版(刷)次：初版(一刷)

ISBN：978-986-5419-53-0

GPN：1011001029



本手冊可於臺東縣
消防局網站瀏覽

著作權管理資訊：

如欲利用本書全部或部分內容者，須徵求著作產權人同意或書面授權，
請逕洽臺東縣消防局災害管理科 電話：089-322112 轉 2390

