



## 從 ~ 廚房 ~ 到 ~ 浴室 守護兒童 ~ 遠離 ~ 「燒燙傷」危機



文：國民健康署

隨著天氣逐漸轉涼，國民健康署提醒，電暖器、火鍋、熱湯與熱水澡等家中常見熱源，都可能造成兒童燙傷。家長與照顧者應全面檢視廚房、餐桌、浴室、客廳與臥室等生活空間，及早排除潛藏風險，為孩子打造安全的生活空間。若兒童不幸燙傷，務必依「沖、脫、泡、蓋、送」原則處置並儘快送醫。

### ◆ 居家安全 - 四大危險空間 檢核

#### 1. 廚房：劃清界線，遠離熱源防燙傷

家長應將廚房與幼童的活動空間確實區分，並經常提醒幼童不得嬉戲奔跑並應保持距離。家長切勿在懷抱或背負幼童時進行烹飪，並應保持廚房地面乾燥、止滑及養成將鍋具手柄朝內擺放的習慣，杜絕意外燙傷及刀傷的風險。

#### 2. 餐桌：移除風險，熱食遠離

確保餐桌穩固不偏斜，並避免使用桌巾或桌布，同時家長應確保熱飲與熱食放置在桌子中央或遠離幼童伸手範圍的安全區域，以防止幼童拉扯而造成燙傷。

#### 3. 客廳與臥室：高溫電器，隨用隨收

家用電器除應選購具有經濟部標準檢驗局「商品檢驗標識」之產品外，使用燈泡、蒸氣熨斗、電棒捲、吹風機等高溫電器時亦須特別注意。此類電器在斷電後仍會殘留餘溫，家長使用完畢後應立即拔除插頭，並將其放置於幼童不易觸及的高處，或收納於具安全鎖的防護櫃中。

#### 4. 浴室：水溫把關，全程守護

進行沐浴時，請嚴格遵守「先放冷水，再加入熱水」的步驟，防止熱水意外噴出。洗澡水的溫度絕不能超過 40 ℃，家長必須在幼童入水前，親自用手背測試水溫。最重要的是，任何情況下，成人必須全程在場看護，切勿讓幼童獨自留在浴室內。

### ◆ 燙傷應變五大原則：

#### 「沖、脫、泡、蓋、送」

儘管盡力預防，若兒童不幸發生燙傷，請家長保持冷靜，立即執行以下五步驟，將傷害降到最低：

1. 沖：持續沖冷水 15-30 分鐘。
2. 脫：在水中小心脫去或剪開傷處附近的衣物，但若衣物已黏著皮膚，切勿強行撕扯。
3. 泡：繼續以冷水浸泡傷口 30 分鐘，持續降溫。
4. 蓋：使用乾淨的紗布、布單或衣物覆蓋燙傷處，避免細菌感染。
5. 送：儘速送醫治療。

國民健康署沈靜芬署長呼籲家長務必保持高度警覺，預防兒童燒燙傷，是對孩子最深切的愛與責任。家長可參閱「兒童衛教手冊」中的事故傷害檢核表，仔細核對家中環境是否安全無虞。透過正確的防護措施和持續的關注，確保孩子在享受溫暖的同時，也能遠離燒燙傷的威脅，平安健康地成長！

