

HEHO



01 叫



02 叫

當你看到有人倒地不起

搶救 4 字訣 「叫叫壓電」



03 壓



04 電

f Heho健康

夏日消暑 戲水域 五步 十招別忘記

救溺五步 叫叫伸拋划 救溺先自保

叫



大聲呼救

叫



呼叫
119、118、110、112

伸



利用延伸物
杆竿、樹枝等

拋



拋送漂浮物
球、圈、瓶等

划



利用大型浮具划過去
圈、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等

防溺十招

- 1  戲水地點需合法，要有救生設備與人員
- 2  避免湍急危險行區，不要跳水
- 3  湍急溪流落差變化大，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  身體虛弱狀況不佳，不要戲水游泳
- 8  不要長時間漂在水上，小心失溫
- 9  注意氣象報告，颶風氣候不佳不要戲水
- 10  加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

雲林縣消防局大埤分隊 關心您