

即時發布：2022 年 12 月 12 日

聯繫：公共衛生局通訊部
(714) 834-2178
HCAComm@ochca.com

橙縣內陸和沿海城市發布低溫通報

(加利福尼亞州聖安娜市) — 國家氣象局 (The National Weather Service) 預測從 12 月 12 日星期一到 12 月 16 日星期五，橙縣的內陸和沿海城市夜間氣溫將會驟降。部分地區的夜間氣溫將降至 40 度以下。低於正常的溫度變化會增加患上與低溫相關疾病的風險，尤其是對極端天氣變化相對敏感的人。

當暴露在寒冷氣溫下，身體流失熱量的速度快於產生熱量的速度。低體溫可能令您無法清晰思考或行動不便。體溫過低 (Hypothermia) 的情況最有可能發生在極冷的溫度下，但亦可能因雨水、汗水或浸在冷水中令體溫下降等因素導致，即使在低溫 (40°F 以上) 時。

橙縣公共衛生局首席醫療官及縣衛生官里賈納·欽西奧·鄺 (Regina Chinsio-Kwong) 醫生說：「當長時間暴露在極冷的溫度時，需要確保自己免受體溫過低的影響。此外，確保獨居老人、鄰居、寵物和弱勢群體在此期間安全無恙亦很重要。」

居民不得使用廚房爐灶或烤箱為房屋供暖。應定期檢查家用煤氣爐和加熱器，並由合資格和有執照的供暖或管道承包商進行必要的維修。如果使用空間加熱器，請確保加熱器三英尺範圍內沒有任何易燃物品，例如床上用品、窗簾或家具。切勿蓋住空間加熱器或在無人看管下讓兒童接近空間加熱器範圍。如在暴風雨期間停電，切勿在室內、車庫或門窗附近使用汽油發電機，因一氧化碳中毒的風險可能導致空氣進入室內。

一氧化碳是一種無味、無色的氣體；高濃度的一氧化碳可致命。低濃度的一氧化碳中毒症狀可能與流感、食物中毒或其他疾病相似。如置之不理，可能會帶來長期的健康風險。暴露於低濃度的一氧化碳之中會導

致包括呼吸急促、輕度噁心和輕度頭痛等症狀。暴露於中等濃度的一氧化碳之中會導致頭痛、頭暈、噁心和頭暈。每個家庭都應該有一個一氧化碳探測器，它與煙霧探測器非常相似。

遵從以下建議的預防措施，讓您的家庭為寒冷天氣或停電做好準備：

- 檢查高危人群，確保他們保持溫暖——包括獨居老人以及幼兒等其他弱勢群體
- 檢查寵物的情況。
- 多穿幾層衣物。

更多有關寒冷天氣安全的資訊，請瀏覽疾病控制和預防中心（the Centers for Disease Control and Prevention）

網頁 <https://www.cdc.gov/disasters/winter/index.html>.

###