



抵御酷暑



中暑高危因素……

- 年满 65 岁。
- 长时间在户外活动。
- 患有慢性疾病，例如：心脏病、糖尿病、肥胖、肺病或肾病。
- 服用某些药物，例如：利尿剂、抗精神病药、 β -受体阻断剂或降血压药物。
- 滥用药物或酒精。

保持凉爽与安全

- 经常喝水（或喝电解质饮料）。
- 穿轻便衣物、戴帽子、擦防晒霜。
- 避免暴晒。
- 每 30 到 45 分钟降温一次（遮阴、开空调、用湿毛巾擦拭）。
- 炎热天气下更安全的用药方法：先少量用药，避免独自用药，也不要停在停放的车辆内用药。若注射给药，高温会导致肿胀和脱水。随身携带纳洛酮。

获得帮助

若出现以下症状，请拨打 911：皮肤发热、干燥或发红、脉搏急促、意识模糊、说话含糊或昏迷。

在等待救援期间：将中暑者移至阴凉的地方。用冰袋、湿毛巾或冷水为其降温。**千万不要**给昏迷的人喂水喝。

临时接待中心

全天 24 小时开放，设有空调房，并配有淋浴、洗衣、餐饮及个案管理服务

9th Avenue

771 9th Avenue, New York, NY 10019

Project Hospitality

150 Richmond Terrace, SI, NY 10301

Paul's Place

114 West 14th Street, New York, NY 10011

The Gathering Place

2402 Atlantic Avenue, Brooklyn, NY 11233

Olivieri

257 West 30th Street, New York, NY 10001

Queens

100-32 Atlantic Avenue, Queens, NY 11416

Living Room

800 Barretto Street, Bronx, NY 10474

Union Hall

92-32 Union Hall Street, Jamaica, NY 11433



PALM-96 (SC)

距离最近的中心

中心名称

地址

服务时间/备注