

風扇在天氣太熱時效果有限？

風扇降溫的效果很好。大多數時候，它們能夠很好地發揮作用。但是當天氣開始變得非常炎熱（超過攝氏 35 度 [華式 95 度]）時，您則需要採取額外的措施來保持涼爽。

在天氣微熱時

請使用風扇降溫。

風扇將風吹過您的皮膚可以幫助您感覺更涼爽。

- 坐在靠近風扇的地方。
- 將它放置在風能夠直接吹到您身上的位置，而不僅是吹入室內空間。



在非常炎熱的天氣裡

先在皮膚上灑一些水。

當氣溫高於攝氏 35 度（華式 95 度）或您感到熱得不舒服時，光使用風扇可能不足以讓您降溫。

在這種情況下，可採取以下降溫措施：

- 脫掉多餘的外衣，在皮膚上灑一些水。您可以使用濕布、淋浴或用水噴灑自己等方式。
- 然後用風扇將風吹過弄濕的皮膚。風和水會讓您降溫。



感到暈眩、虛弱或噁心？

請移至涼爽處喝水。如果您沒有開始感覺好轉，請就醫診治。

