老年人防火安全手冊

紐約市消防局
訓練局，防火安全教育 • **www.nyc/fdny.gov**

紐約市消防局
9 MetroTech Center
Brooklyn, New York
11201

邁克爾•布隆博格，Michael R. Bloomberg 市長

薩爾瓦托•卡沙諾 Salvatore J. Cassano 消防局長

FDNY FOUNDATION

www.fdnyfoundation.org

攝影 Randy Barron 和 Iwona Gardner
圖形設計： Samantha C.S. Jones, ChameleonIllustration.com

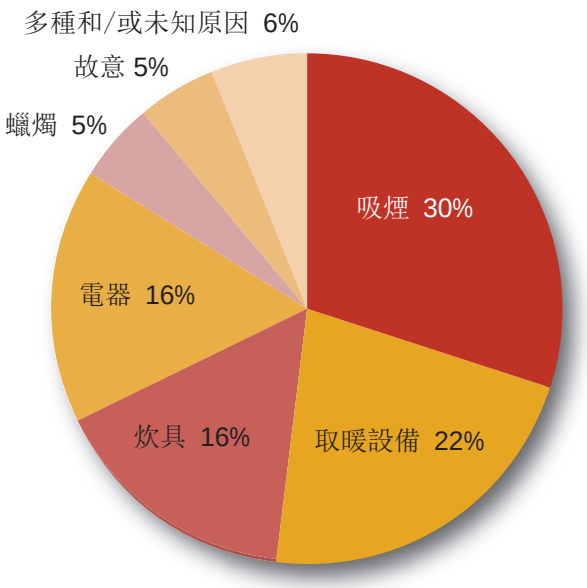
目錄

本手冊旨在向老年人及其照看者宣傳有關防火安全的知識。65歲及以上的老年人死於住宅火災遠比其他人口要常見是一個事實。然而，您可以通過照顧好自己並向他人，如您的鄰居、朋友和家人宣傳防火安全來預防火災。

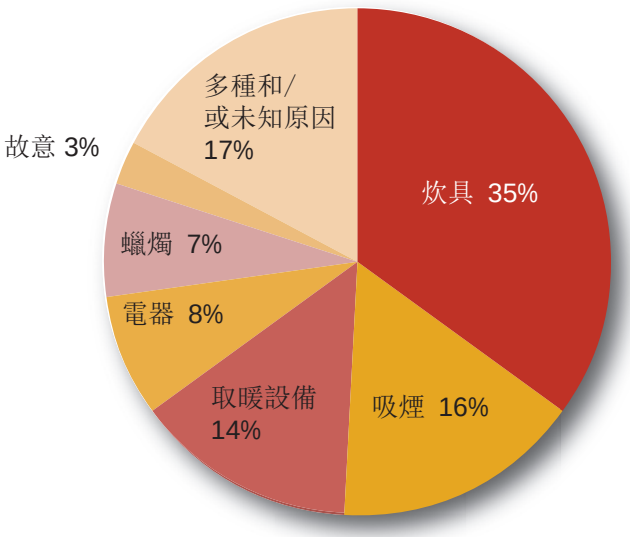
通過遵循幾條簡單的安全措施，人們可以做到並曾經做到了救人救己。

防止吸煙造成的火災	第 2 頁
防止電氣火災	第 3 頁
防止家用暖氣造成的火災	第 5 頁
防止廚房失火和受傷	第 7 頁
處理灼傷	第 9 頁
衣服著火	第 10 頁
火場逃生計劃	第 11 頁
知道怎麼辦	第 13 頁
煙霧報警器的維護保養	第 15 頁
住宅防火安全檢查清單	第 16 頁

造成 65 歲及以上的老年人死亡的住宅失火主要原因



造成 65 歲及以上的老年人受傷的住宅失火主要原因



數據摘自「住宅失火受害者特點」，*NFPA*，*2008* 年 7 月

防止吸煙造成的火災

吸煙者須知

吸煙者比非吸煙者遭受火災的可能性要大七倍。吸煙用品是造成老年人死亡的住宅火災的頭號原因。

若您或家中其他人吸煙，請防火於未燃：

- 使用大、深且不會傾倒的煙灰缸 。
切勿讓點燃的香煙留在煙灰缸裡，或把煙灰缸留在沙發或椅子的扶手上。

- 睡覺或外出之前，請檢查沙發和坐墊之間、上面和底下是否有尚未熄滅的煙頭。

- 將煙頭用水徹底熄滅再丟棄。

- 定下規矩，絕不在床上吸煙或躺著吸煙，尤其是當您睡意很濃、或吃了會使人瞌睡的藥時。

- 絕不允許在儲藏或使用氧氣罐的地方週圍吸煙。

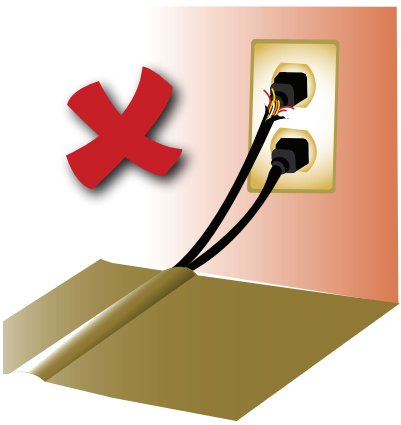
防止電氣火災

• 根據燈具尺寸選擇適當瓦數的燈泡。瓦數過高的燈泡有可能導致過熱以至火災。

• 擺設電視機、音響和電腦時應留有足夠的空間以便散熱。

CAUTION: TO REDUCE THE RISK OF FIRE USE 60WATT TYPE A OR SMALLER LAMP
120V 60Hz AC ONLY
MADE IN CHINA
UNPLUG TO REPLACE BULB

當心：為減少火災危險，請使用60瓦A型普通白熾燈泡或較小燈具。
更換燈泡時請先切斷電源。
120伏60赫茲 僅限交流電 中國製造

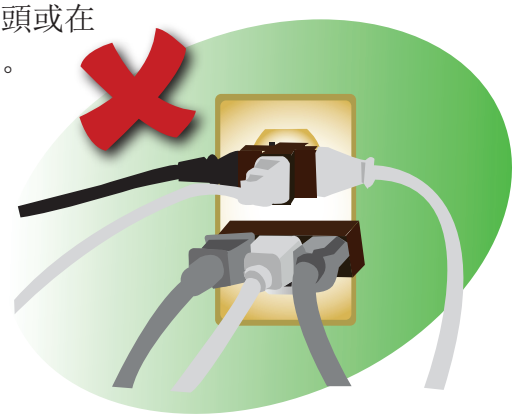


• 延長線僅作臨時使用。

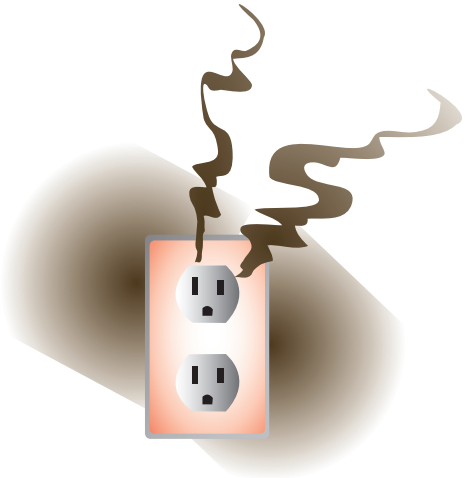
• 保護所有電線不受損壞。請勿將電線鋪設在地毯下或從釘子上掛下來。

• 切勿使用電線已損壞或磨損的電器。

• 為了避免超載，切勿同時在一個電源插座上插入兩個以上電器的插頭或在延長線或牆壁插座上「累加」額外的電器插頭。



• 確保電源插座和開關板處於良好狀況。若電源插座或開關板摸上去發燙，請立刻將電線拔下來，並找一位合格的電工檢查您的線路。



• 若某個電器開始產生異味、發出異常的響聲，或是電線摸上去發熱，則將電源插頭拔掉，停止使用。

若電器繼續燃燒或冒煙，請打消防局電話(911)。

• 更換不安全的電器，如咖啡壺和土司烤箱。

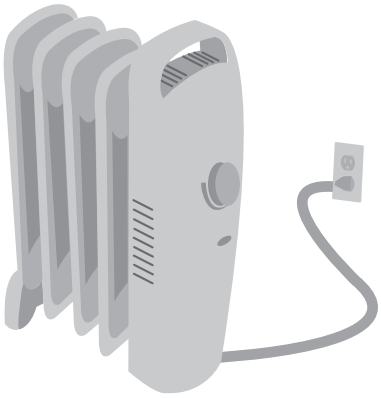
• 購買諸如土司烤箱或咖啡壺等電器時，確保上面有保險商實驗室 (UL) 的標識。UL 標識表示該產品已經過安全測驗。

⚠ 注意：

因電線和電器造成的電擊和失火可能性很大。

防止家用暖氣造成的火災

安全使用取暖器



• 購買電取暖器時，
請選用有自動關閉電源特點的取暖器。

• 僅使用有保險商實驗室（UL）標識的電器，
該標識表示產品已經過安全測驗。

• 給取暖器一定空間。 將取暖器擺設在距離任
何諸如床單和傢具等可燃物品至少三英尺遠的地方。

• 確保幼兒和寵物遠離取暖器。

• 雖然取暖器電線在使用時變暖是正常的，
但是若電線變燙則應停止使用取暖器。

許多人在天冷的月份裡使用取暖器，但是，每三場因取暖造成的住宅失火裡有兩場是取暖器導致的。

• 切勿在取暖器上使用延長線。

• 將取暖器放在地面上，
切勿放在臺面或傢具上面。

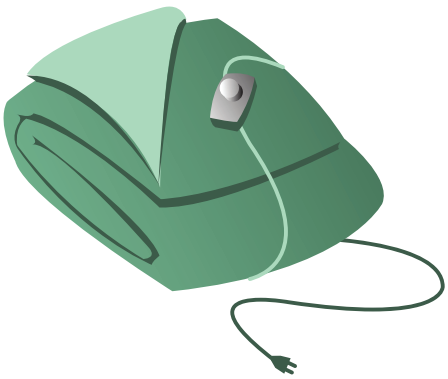
• 離開房間或睡覺之前請關掉取暖器或拔掉電源插頭。

⚠ 注意

使用煤油或液化石油氣的取暖器在紐約市是嚴格禁止和非法的。這些取暖器有很高的死亡和受傷危險。

安全使用電熱毯

• 請僅使用有保險商實驗室（UL）標識的電熱毯，該標識表示產品已經過安全測驗。



• 停止使用任何電線破損或磨損的電熱毯。

• 不要將電熱毯折攏塞入床邊，這會導致升溫過熱。

• 電熱毯加熱時，不要在上面加放其他毯子或被子。

• 切勿使用潮濕、沾有污物或皺折的電熱毯。

• 最好是用電熱毯暖床，然後在上床之前將電熱毯關掉。

• 不要常洗電熱毯，因為經常洗滌會損壞電路。

若您的電熱毯已用了不止十年，最好的建議是去買一條新的！

舊的或損壞的電熱毯每年造成數以千計的火災，導致死亡和受傷。

防止廚房失火和受傷

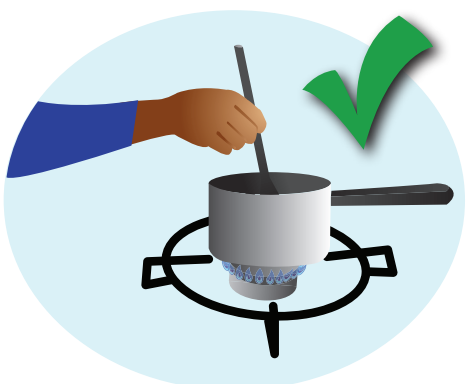
記住煮食時人要在場，切勿丟下正在燒煮的食物不管。逐漸加熱食油，油炸時要格外小心。

衣服應為短袖或緊口袖的。
長袖和寬松的袖子更有可能會著火。
暴露的皮膚可能會灼傷。將鍋柄朝內，向著爐頭后面，以免意外撞到鍋子導致燙傷。使用烤箱手套來保護手和手臂以免灼傷。

烹調時發生的意外是造成住宅失火和引起灼傷的主要原因。

煮食時使用小到中火。 為了防止燙傷，微波爐熱好的食物或液體應等一兩分鐘才可觸摸。

寬松的袖子容易著火



煮食時切記穿緊口袖或短袖的衣服

為了防止熱水燙傷：

為了防止熱水燙傷，請將熱水器的溫度計設在華氏110度。為增加安全性，可在所有水龍頭上安裝防燙傷裝置。

廚房安全 「食譜 」

請遵循此安全「食譜」，您將能預防大多數烹調失火和燙傷。

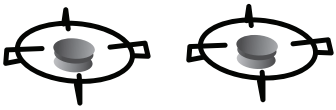
材料：

2 只當心的眼睛

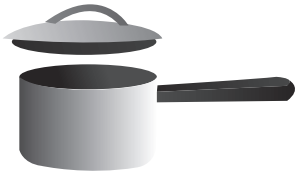
1 或 2 只防燙手套/ 烤箱手套

2個短袖或緊口袖

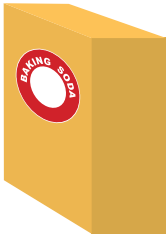
1 塊乾淨、
沒有任何易燃物的的灶臺



1個鍋蓋



1 大盒蘇打粉



假如發生灶臺起火：

- 關掉爐頭。
- 用蘇打粉來滅火。
- 用鍋蓋蓋住鍋子。

請勿用水！

水會造成飛濺而使火擴散。

請勿試圖拎起鍋子把它從爐灶上拿開。

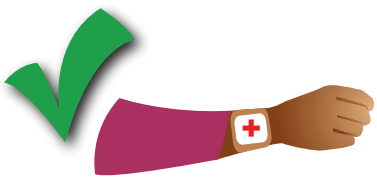
處理灼傷

灼傷可以是因直接接觸明火、滾燙的液體/油脂或炙熱的表面而引起的 。許多灼傷要比表面看起來嚴重，需要立即去看醫生。

若您被灼傷：

請打開水龍頭用涼水處理。

老年人通常對灼傷反應更劇烈。



用消毒棉墊或乾淨的床單覆蓋灼傷處。

切勿往灼傷的地方捺抹油膏、油脂或奶油。

立刻去看醫生以防灼傷感染和發炎。

⚠ 處理化學和電氣灼傷：

處理諸如烤箱或浴室清潔劑造成的化學灼傷：
用涼水沖洗20到30分鐘。若是眼睛受影響，也請沖洗至少20分鐘。

處理電氣灼傷，請在觸碰受傷者之前先切斷電源。檢查受傷者的脈搏和呼吸，如有必要則開始進行CPR人工呼吸急救。鼓勵照看人學會CPR人工呼吸急救。

衣服著火

若您身體部位或衣服著火：

- 用雙手蓋住臉。

- 躺倒在地上。

- 連打幾個滾。

若身體狀況使您無法採取這些措施，則想法用耐火的羊毛毯或裝飾地毯扑滅火焰。

記住：

請勿試圖自己救火。
不要跑或試圖用手來扑滅火。

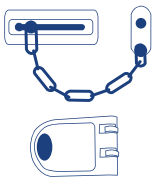
火場逃生計劃

不要驚嚇 – 要有準備

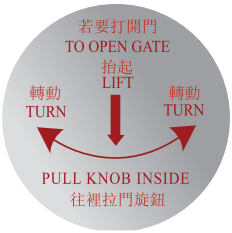
• 確保床邊有拿得到的電話機(或 TTY/TDD 聽障者電話裝置，若您使用的話)。

• 確保您的眼鏡、鑰匙和助聽器（若有必要）就在床邊拿得到的地方。

• 確保臺燈或電燈開關在觸手可及的地方。



• 練習打開安全門和門窗上的鎖並練習開啟門窗。



• 保持樓梯通道和出口處的整潔，不要堆放物品。在建築物的太平通道處不可存放任何物品。

您是否能從住宅火災裡逃生？

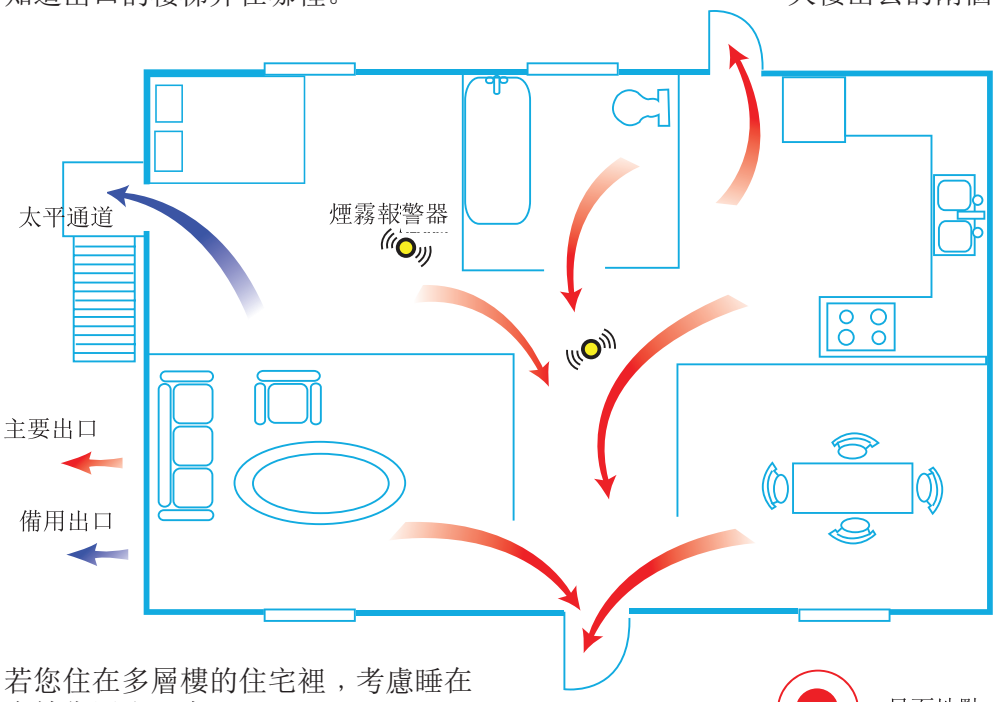
超過半數的因住宅失火引起的死亡發生在晚上10點至上午6點這個大多數人們處於睡眠的時段。

準備一個逃生計劃。它是您救自己生命的最重要步驟之一。

逃生計劃

若您住在公寓大樓裡，您必須知道出口的樓梯井在哪裡。

弄清楚從您的住房、公寓或大樓出去的兩個出口。



若您住在多層樓的住宅裡，考慮睡在底樓靠近出口處。

見面地點

若您的太平窗上有安全欄柵或有門，請確保其符合紐約市消防局的太平窗標準。(符合標準的門上蓋有紐約市消防局批准號的印章)

批准的「方便出口」太平門
專利待批
紐約市消防局批准
批准證號碼 1234
廠商名稱：ABC 製門廠
序號#_____，紐約布魯克林 11210
型號# 5678 電話 (718) 555-5565
若門有任何製造上的缺陷，廠商收到通知后會立刻糾正。

APPROVED
"EASY OUT" FIRE ESCAPE GATE
Patent Pending _____
Approved by the Fire Department of the City of New York
Certificate of Approval No. 1234
Manufactured by: ABC Gate Company
Serial #: _____ Brooklyn, NY 11210
Model #: 5678 Tel: (718) 555-5555
Manufacturer will rectify any manufacuring defects in the gate upon notification

知道怎麼辦

若您的住宅或公寓失火：

- 請勿試圖自己滅火。
- 不要停下來拿取個人物品。

- 實施您的火場逃生計劃，從最近或最安全的出口出來。
- 若有煙霧則儘可能貼近地面，蒙住嘴巴。

- 出來時關上門。

- 使用樓梯從大樓裡出來。
不要使用電梯。

若您困在裡面則關上所有您與大火之間的門。打911電話，告訴調度員您所在地點。

若您住在公寓大樓裡：

非防火大樓：

若大樓失火，但不是您的單元，而您所居住的是非防火的大樓 ，較安全的做法是立即離開大樓。

- 實施您的火場逃生計劃，使用最近或最安全的出口。

- 用手背試探一下公寓的門。若很燙則不要打開門。退回到您的太平窗邊。

- 若門不燙，但是走廊裡有煙霧，請估計一下險情和自己安全撤出大樓的能力。儘可能貼近地面，蒙住嘴巴。 出來時關上門！

- 使用樓梯從大樓裡出來。不要使用電梯。

若您覺得走廊裡煙霧太大， 關上您公寓的門，從您的太平窗口撤離。

防火大樓：

若大樓失火，但不是您的單元，而您所居住的是防火的大樓 ，較安全的做法是留在房內保持房門緊閉。打 911電話，告訴調度員您的公寓號碼。

有關您大樓的防火安全計劃和大樓建築的類型，請聯絡您的大樓屋主。保護自己和家人的關鍵是要有事先計劃。

煙霧報警器的維護保養

遵循這些安全提示，確保您在萬一失火時有預警：

煙霧報警器是您家中可有的最有救命價值的一樣器具。

- 在您家中的每間臥室或睡眠區域內外及每一層樓均安裝煙霧報警器。

- 如小鳥叫般的警鈴是警告電池快要用完了。每年換兩次電池，春秋各一次，可選在夏時制更改鐘點時。

- 購買配有10年碳酸鋰電池的報警器就不必每六個月換一次電池。碳酸鋰電池比一般的九伏電池要貴，但是它們和報警器的使用壽命一樣持久。不過，報警器電池仍然需要每月測試一次。

- 若您有聽力障礙，請安裝帶閃光燈的煙霧報警器。這種報警器具有一種特別的強光，能把熟睡的人弄醒。

- 安裝帶有暫停警鈴按鈕的煙霧報警器，以免因廚房油煙或蒸汽引起的不必要的警報聲。有了這個按鈕，您不必拆卸電池就可以有10到15分鐘時間來通風而不用聽到報警聲。有些煙霧報警器可用電視機的遙控器來暫時停掉警報聲和測試煙霧報警器。

- 安裝光電型的煙霧報警器。這種煙霧報警器對通常發生在臥室或客廳的暗火的報警最為可靠。

住宅防火安全檢查清單

使用下面的檢查清單作為指導來找出您家中潛在的火險問題。若您對任何問題選擇「否」的答案，潛在的問題應該得到改正，以減少您的危險和增加您對火險的防備。

是	否	
☐	☐	您是否至少有一個運行正常的煙霧報警器？
☐	☐	您是否至少有一個運行正常的一氧化碳報警器？
☐	☐	所有電線是否處於良好的狀況（沒有磨損或開裂）？
☐	☐	所有電線是否均在明處，沒有蓋在裝飾地毯下或穿過門道？
☐	☐	取暖器是否離開易燃物至少三英尺遠？
☐	☐	取暖器是否直接插到牆壁上的電源插座上而不是接到延長線上？
☐	☐	您的公寓門是否為防火型的能自動關閉？
☐	☐	您的太平窗是否整潔無任何阻擋物？
☐	☐	若您有安全門，它是否符合紐約市消防局的標準？
☐	☐	是否所有的窗戶都能從裡面容易地打開？
☐	☐	大樓的樓梯通道是否沒有任何堆放物和垃圾？
☐	☐	樓梯通道的防火門是否耐火和能自動關閉，並且始終保持關閉？
☐	☐	樓梯通道裡的出口指示燈是否運行正常？
☐	☐	您是否備有運行正常的電筒？
☐	☐	您是否有一個火場逃生計劃？

請立刻解決任何屬於您控制或責任範圍的問題或危險。
所有其餘問題請通知大樓屋主。若有必要，您可以打電話給紐約市消防局投訴。電話號碼是 718-999-2541 或311。

紐約市消防局
9 MetroTech Center
Brooklyn, New York
11201

邁克爾•布隆博格，
Michael R. Bloomberg
市長

薩爾瓦托•卡沙諾
Salvatore J. Cassano
消防局長

有關防火安全的更多資訊，請聯絡防火安全教育處，電話號碼是 718-281-3870。