

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及律師費用。

發熱暖墊暖包引致燙傷意外

上月有長者使用化學發熱暖墊時燙傷腳掌。其實涉及發熱用品的意外時有聽聞，例如有長者誤將化學發熱暖包當健康食品沖水服用；內地有女士使用充電暖包時發生爆炸，雙手和左腳嚴重燙傷；去年9月，日本有用者使用多年前已回收的微波爐用卡通公仔暖墊時，雖然依指示加熱仍有灼熱液體洩漏導致燙傷，本港產品供應商因此再次宣布進行回收。

發熱暖墊和暖包林林總總，越趨普遍，是傳統暖水袋以外的選擇，在百貨公司、超級市場、家品店、藥房和化妝品專門店都可買到，是很多人渡過寒冷天氣的必需品，亦有人會用暖墊緩和肌肉或背部酸痛、經痛、抽筋和關節炎等痛症。不少人以為暖墊只有數小時效用，熱力有限，而忽略了這些發熱用品的潛在危機。



預熱暖墊

預熱暖墊一般可循環使用多次，有銷售人員聲稱產品可用100次以上，使用前需將暖墊放入熱水還原或在微波爐內加熱。預熱暖墊的加熱方法因產品而異，用者須依照產品指示說明進行加熱。供暖的有效時間為30分鐘至7小時，售價由\$38至\$200。

熱水加熱

首次使用時，只要按壓暖墊內的金屬片，清澈的液體會慢慢變成白色結晶體，同



依指示用適當方法加熱或還原不同類型的發熱暖墊。

時散發熱力。要還原已固化的暖墊，需浸在熱水中，煲煮數分鐘至結晶體完全還原為液體；應先用毛巾墊在水煲底，避免暖墊與煲底直接接觸，否則高熱可能損壞產品包裝。還原後，按壓金屬片，暖墊就可再發熱。

微波爐加熱

使用微波爐加熱的有啫喱暖墊、硅膠(silica gel)或天然植物(包括穀粒、豆或蕎麥)暖墊，加熱時間由20

秒至數分鐘不等，視乎暖墊大小及微波爐的火力而調節。

市面的暖墊建議的加熱時間一般以輸出功率為500至600瓦特的微波爐計算，如微波爐功率較大或未能確定其

功率，應先調校至較低火力才開始加熱，或調節加熱時間。例如產品建議加熱3分鐘，可分段加熱至3分鐘(例如先加熱2分鐘，視乎情況再加熱1分鐘)，留意每次加熱後的溫度及觀察有否異常反應。如發現暖墊不斷脹大，應立即停止加熱。反之，如加熱後仍未達至最理想溫度，可再作分段加熱，但

勿撕破保險膠袋，將暖袋連膠袋一同放入微波爐加熱：**500W加熱3.5分鐘；600W加熱3分鐘**。拿著膠袋橙色線部位，避免燙傷。如感覺暖袋有限，直至暖袋夠熱為止，不可超出指定加熱時間。

加熱時間因應不同輸出功率的微波爐而有所不同。





切勿超過產品指定的總加熱時間。

為提高產品的安全程度，大部分啫喱暖墊均聲稱已採用「雙重保險安全袋」設計，即啫喱包外另有一個膠袋包裝，萬一遇有爆破情況，也有多一重防線，避免熱燙的液體濺出。因此，消費者切勿剪開外袋，如果外袋有破損，產品不宜再用。

無論用哪一種物料的暖墊，在微波爐內加熱時要留意加熱的火力及最長的加熱時間，避免使用微波爐的自動翻熱 (auto reheat) 或自動感應翻熱 (sensor reheat) 模式，否則可能會過度加熱，引致意外。加熱前宜先檢查產品包裝是否完好無損；加熱後用乾毛巾包住熱燙的暖墊，方便取出。

採用錯誤的加熱方法或過度加熱均可引致產品包裝爆裂，引致嚴重燙傷意外。消費者應謹記，每次加熱前應先確定暖墊已經徹底冷卻。如加熱後發現暖墊有洩漏情況，應待產品冷卻後才作處理。

化學發熱暖墊及暖包

相對預熱暖墊，化學發熱暖墊和暖包更加方便，不用預先加熱或還原，又可在戶外使用，缺點是不能還原再用。

化學發熱暖墊是一個透氣袋，

內藏鐵粉、水、木粉、活性碳、蛭石 (vermiculite，一種層狀硅酸鹽礦物) 和鹽，開封後袋內成分遇到空氣，產生化學作用而放出熱量。有供手用、足用及黏貼款式，有產品聲稱最高溫度可達87℃，有效時間為3至24小時，售價由\$6.9至\$65。

高溫要小心

調查發現，有化學暖墊聲稱最高可達87℃ 高溫，而多個樣本聲稱的平均溫度高達50℃，更有產品聲稱可維持50℃ 達20小時。因此，消費者必須依指示，避免將暖貼直接與皮膚接觸。

除非另有說明，在使用有黏貼功能的暖墊時，不要讓產品與皮膚直接接觸，應貼在內衣外側或外衣內側。補充裝應配合隔熱布袋或膠盒使用，以免灼傷。

電極式電暖袋

機電工程署和本會於2005年的測試發現，在一些小舖或街頭攤檔出售的多款需插電的電極式電暖袋 (electro-type electro-thermal bag) 並不符合有關標準的安全要求。

這類產品的袋身以軟身塑膠物料製造，內藏兩條電極、恒溫器和導電溶液。當電流經電極通過導電溶液，就可產生熱力。使用時，將電源線一端插入電暖袋上的插頭，接上電源便可加熱袋中溶液，如操作正常，導電溶液可於10分鐘左右達到70℃ 至



硅膠

硅膠和蕎麥預熱暖墊。



蕎麥

80℃，之後恒溫器會自動啟動，停止加熱。

這種電暖袋看似方便易用，實則危機重重。過往有多宗由電極式電暖袋引致的燙傷意外，都是由於電暖袋的恒溫器線路失靈，以致產品不能自動停止加熱，加上這類電暖袋的袋身物料單薄，耐熱能力不足，結果破裂而流出灼熱溶液，燙傷用者。

由於導電溶液與帶電的電極直接接觸，如用者於加熱時接觸到意外漏出的溶液，便有觸電的可能，流出的溶液亦可引致嚴重燙傷。

本會發現市場上仍有小量這類電暖袋出售，雖然都是用三腳插頭，但並不代表產品安全，不能排除恒溫器失靈、爆破及引致觸電的危險。因此，機電工程署和本會呼籲消費者不要購買和停止使用這類電暖袋。如消費者對電暖袋的安全有懷疑，可致電政府熱線1823查詢。

傳統暖水袋

雖然有不少新式暖墊面世，但傳統暖水袋仍不乏捧場客。售價由\$20至\$250，有裝飾套的價格較高。只要將熱水注入暖水袋，扭緊蓋塞，熱水傳出的熱力就可暖身。而暖水袋溫度的高低，視乎注入的熱水水溫而定。



化學發熱暖墊、暖包以及傳統暖水袋。

處理輕微燙傷不可不知

1. 切勿使用黏性敷料如棉花或膠布等直接包裹傷口，以免敷料與傷口黏在一起。
2. 切勿用冰直接敷在傷處，以免因為處理不當而破壞細胞組織。
3. 切勿胡亂塗上藥物，或其他物質如藥油、牙膏、豉油、燙火膏、肥皂、食油等物質，以免令傷口惡化。
4. 切勿將水泡弄破，否則容易引致細菌感染。
5. 切勿除去黏在傷口的任何東西，例如衣服，勉強除去只會撕破皮膚，增加受感染的危險。

使用傳統暖水袋時也不應掉以輕心，每次注水前，應檢查暖水袋是否完好無破損。避免注入剛煮沸的熱水；注水時，手握暖水袋頸部，保持垂直狀態，小心並逐少注入熱水，避免熱水溢出。要預留空間，不應注水至滿溢。封蓋前，要讓空氣排出，再扭緊蓋塞，確保無水滲漏。有裝飾套的應先套上才使用，否則，亦應以毛巾包裹。

標籤資料仍有改善空間

為避免意外發生，清楚的产品說明十分重要。本會查看市面的預熱和化學發熱暖墊，發現大多數產品的標籤，相比本會2000年時的調查，已有不少改善。大部分樣本均清楚說明產品用法，亦有字句提醒消費者產品只供外用，不可吞服。其中化學發熱暖墊的標籤普遍較詳盡，清楚羅列溫度及有效時間資料。

不過，仍有不足的地方，例如有些預熱和化學發熱暖墊的包裝上只見日文，中、

英文產品說明均欠奉，用者難以知道使用方法、最高溫度、注意事項等重要資料。更有產品套用某食品的卡通標記，容易令消費者誤以為是食品。

雖然可循環再用的暖墊大多有中英文產品使用說明，不過本會查看的樣本，大部分都沒有標示最多可使用次數和每日可加熱的最高次數、最高可達溫度及平均溫度。每日加熱次數過多會加速耗損暖墊。

本會呼籲產品供應商改善產品標籤，在包裝以中英文清楚列明產品用法、可使用次數、最高及平均溫度和其他注意事項。

慎防低溫灼傷

皮膚科醫生史泰祖醫生表示，有美國研究指，如皮膚與高達54℃的物件接觸30分鐘或以上，有可能造成皮膚深層燙傷。

即使暖墊的溫度只是較正常體溫稍高一點（例如43℃），如長時間（例如8小時或以上）緊貼皮膚的同一位置，也有可能

在無痛的情況下引致灼傷，傷害程度更可達皮膚深層，稱之為「第三度燙傷」。萬一遇到這種情況，應立即接受專科醫生診治。

因此，應避免在睡覺、酒醉或神智不清時使用暖墊或暖袋，亦不宜在電毯裏及電爐前使用，以免溫度增加至可引致灼傷程度。另外，肌膚對熱力無感覺或敏感度低的人士，如幼



無論是化學暖包還是預熱暖墊，都應先放入布袋、膠盒或裝飾套內才使用，避免直接接觸皮膚。

童、長者、糖尿病患者、脊髓病者、正接受藥物治療（如服食或注射止痛藥或安眠藥）、殘障和需要別人照顧的人士均不宜使用發熱暖墊，如有必要，最好在看護下才使用。

史醫生特別提醒糖尿病患者，由於他們四肢的遠端感覺神經受糖尿病影響，皮膚對溫度和痛楚的敏感度較低，如有必要使用發熱暖墊，應先以肩膀或手肘位置測試溫度，或請他人協助，以免在不自覺的情況下燙傷皮膚。

本會意見

無論使用甚麼款式的暖墊或暖袋，消費者都必須先瞭解產品的正確用法。加熱後或熱燙的暖墊宜先套入布袋或膠盒才使用。此外，暖墊不宜長時間貼近對熱力敏感度較低的部位，例如足踝。即使產品有詳盡清晰的使用說明，都應該協助家中長者、幼童和其他需協助人士使用。



市面的預熱暖墊有些聲稱肩頸專用，有用者會用作舒緩腰酸背痛，幫助血液循環。