如果你說不出話，你的手機能替你說嗎？

許多手機可以讓人在鎖定畫面查看緊急聯絡人和重要醫療資料。填好資料後，請確認已允許鎖定時顯示，並親自測試看得到什麼。

設定你的手機

填入你的過敏、用藥、疾病和一位緊急聯絡人。接著確認讓資料顯示在鎖定畫面的設定是開著的（iPhone 上叫「顯示於鎖定畫面」），把手機鎖上，自己看一次。

只填你確定正確、而且不介意陌生人看到的資料。

緊急聯絡人的姓名和電話也可能被看到，加入之前請先告訴對方。



在別人的手機上

緊急時，請撥打當地急救電話，並遵從接線員的指示。不要為了找手機或醫療資料而耽誤急救。

喚醒螢幕，找「緊急」（英文介面是 Emergency），再找「醫療卡」或「醫療資訊」。有些手機要先滑到輸入密碼的畫面才看得到。各家手機的名稱和畫面不同。只看不用解鎖就能看到的資訊。

找不到資料，不代表對方沒有過敏或疾病。

yourphonecouldhelp.org/zh-tw

設定步驟請看手機廠商的官方說明，網站上有連結。 2026-11-02