

旅行安全 · 2026

旅行用电清单

打印并随身携带，避免在海外烧坏设备。用这份清单检查设备标签、选择适配器或变压器，并避开插座陷阱。

请在出发前一周在家完成。这样可避免到达后才发现设备不能用。

检查所有要携带的设备

查看设备底部、插头或充电器上的小字。关键行通常以 INPUT 开头：是 100-240V，还是只有 120V？

手机和笔记本充电器

几乎总是100-240V。通常只需要插头适配器。

相机、电子书、平板、掌机

通常是100-240V。确认充电器；USB-C设备通常安全。

吹风机、卷发棒、直发夹

危险区域。很多是单电压。如果只写120V，请不要带，或购买旅行双电压版本。

电热水壶或高功率电器

建议不要带。旅行变压器很难安全承受1500W以上。

CPAP / 医疗设备

不要假设。确认标签并咨询制造商。

剃须刀 / 电动牙刷

多数现代型号支持100-240V。检查底座标签。

如果写着“100-240V”：双电压，全球可用，只需适配器。

如果只有“120V”等单一数值：不要接入不同电压。适配器不会改变电压。

在连接任何设备前，用30秒完成这项检查。

1

确认当地电压

询问前台或查看插座标识。欧洲/亚洲/非洲多为220-240V；美国、加拿大、日本和部分拉美为100-127V。巴西电压混用。

2

匹配插头形状

插不进去就用适配器。能插进去也不能说明电压安全。

3

不确定时重读标签

如果在家没检查，现在检查。INPUT一行决定一切。

4

有疑问就不要插

手机没电很麻烦，但火灾更糟。

常见旅行陷阱

菲律宾和泰国

插座形状像美国，但标称电压是230V。插头能插入，120V设备仍会过热。

巴西和适配器误区

巴西可能是127V或220V。适配器只改变形状，永远不改变电压。

快速参考

国家	电压	插头	备注
英国	230V	Type G	始终需要适配器；单电压设备才考虑变压器。
意大利	230V	Type L / F	需要适配器；100-240V设备通常可用。
法国 / 西班牙 / 德国	230V	Type E / F	一个欧洲适配器通常可覆盖三国。
日本	100V	Type A / B	插头可能匹配，但只有100V。东部50Hz / 西部60Hz。
澳大利亚 / 新西兰	230V	Type I	插头形状独特；适配器必备。
中国 / 泰国 / 菲律宾	220-240V	Type A / C / I	美式插头可能插入，但有高电压风险。
巴西	127/220V	Type N / C	插电前确认所在城市电压。
墨西哥 / 加拿大 / 哥伦比亚	120V	Type A / B	接近美国；通常无需适配器或变压器。

要带什么

- 适合目的地插头类型的适配器。
- 跨多个地区旅行时带USB-C通用适配器。
- 长途旅行备用适配器。
- 确实需要时带100-240V旅行吹风机/夹板。
- 只有必须携带的单电压设备才考虑变压器。
- 充电宝只可随身携带且低于100Wh。

这页覆盖几乎所有旅行用电场景。

1

“100-240V”= 双电压 = 搭配适配器可全球使用。

2

单电压 + 错误电压国家 = 不要插电。

3

适配器只改变插头形状，不改变电压。

4

插头能插但电压不确定时，不要插电。

5

发热电器最危险；不确定就不要带。

需要精确答案？

这份清单是通用指南。要获得某个设备和目的地的准确判断，请使用 plugvoltage.com 免费检查器。

这是一般指南，不是专业电气建议。电压可能因建筑、地区或插座而不同。如果设备标签与本指南不一致，请以标签为准。医疗设备请咨询制造商。