

Fax Message



To:	各承判商	From:	Kathy Ip
Company:		Office:	Carrier Hong Kong Ltd.
Fax no:		Fax no:	2691 2642
Tel no:		Tel no:	2694 5731
Copy to:		No of page:	3
Date:	5- Aug-2013	Ref no:	
Subject:	預防中暑及「自我風險評估表」更新		

If there is a problem with this transmission, please contact the sender at the phone number above immediately

各承判商,

根據開利之承判商環保、健康及安全政策，所有開利之承判商必須每月對其直屬及間接僱用之員工進行「工具箱訓練」，並在內附的【工具箱訓練 - 簽到紙】記錄所有出席員工的姓名及簽署。在 **2013 年 8 月 16 日** 前交回「開利」安全部 Kathy Ip。

**** (1) (各承判商留意，九月份的「工具箱訓練」將於 2013 年 9 月 5 日前發出，若在 2013 年 9 月 5 日仍未收到「工具箱訓練」，請致電盧先生。**

***** (2) (各承判商可到下列網址瀏覽每月的「工具箱訓練」或其他資料。**

網頁: http://www.carrier.com.hk/ehs/ehs_home.html

(1) 請在每月 16 日或之前將【工具箱訓練 - 簽到紙】Fax 回“開利安全部”盧先生收，並在 Fax 後致電盧先生以確定是否收到。
如有任何疑問，可與盧先生查詢 (電話:2694-5662) 或 (電郵: kathy.ip@carrier.utc.com)

祝安康
此致

盧溢輝先生
環保、健康及安全部

預防中暑

每年夏天，香港的天氣非常炎熱，氣溫高達三十多度，而且濕度相當高，對於一些需要從事體力勞動的人士，如果沒有採取適當的預防措施，便有可能中暑，危害身體健康。

在酷熱的環境中，當人體體溫上升時，身體機能會自然地作出一些生理調節來降低體溫，例如增加排汗和呼吸次數。可是，當環境溫度過高。這些生理調節不能有效地控制體溫時，便會產生熱衰竭或甚至中暑等情況。熱衰竭的徵狀包括頭暈、頭痛、噁心、氣促及神志不清等。當體溫升至攝氏四十一度或以上時，患者更會出現全身痙攣或昏迷等現象，稱為中暑。此時，若不及時替患者降溫及進行急救，便會有生命危險。



中暑的種類、成因及症狀

中暑的種類	成因	症狀
1) 熱暈厥	在高溫下，表面皮膚血管擴張，使供應大腦及身體各部份的血液減少，引致暈厥。	- 暈眩。 - 皮膚濕冷。 - 脈搏減弱。
2) 熱痙攣	在勞動時大量出汗，鹽份亦會同時損耗，若只補充水份，會引致熱痙攣。	肌肉抽縮疼痛。可持續1-3分鐘。
3) 熱衰竭	由於大量出汗，身體流失大量水份及鹽份，影響心臟及血管功能。	- 非常口渴、疲倦、四肢乏力。 - 噁心、頭痛。 - 暈眩或短暫神智不清。 - 皮膚濕冷、面色蒼白。 - 脈搏急速及微弱。
4) 中暑高熱	長時期處於酷熱的環境中，會損壞中樞神經系統控制體溫的功能。 	- 有別於其它中暑的種類，患者會逐漸減少或甚至停止出汗、皮膚變得乾燥、炙熱。 - 脈搏急速及微弱、呼吸亦逐漸加快。 - 暈眩、神智混亂甚至不醒人事。 - 痙攣亦可能發生。 - 體溫可高達攝氏41度。

怎樣預防中暑

- 經常留意天文台發出之天氣警告。
- 避免在濕熱的環境下作劇烈運動或進行體力勞動工作。
- 如要外出，可穿淺色、寬鬆和通爽的衣服，戴上邊帽子或傘以阻擋陽光直射及幫助散熱。
- 應補充足夠水份，以防脫水現象。
- 避免喝含咖啡因（例如：茶或咖啡）和含有酒精等利尿飲品。
- 間中到陰涼的地方休息。
- 不應留在停泊了的車子內。
- 若有任何不適，應立即向醫生求診。



怎樣處理中暑

- 應盡速將患者移離高溫場所，在陰涼處休息或平臥，並可將雙腳提高，以增加腦部的血液供應。
- 若患者清醒，應補充含鹽份的飲料。
- 若患者昏迷不醒，應盡快召喚救護車，送院治療。
- 在等候救援期間，應替患者脫除外衣及其它束縛物，並搗涼以減低體溫。

自我風險評估表格更新

為更有效確保各員工於開始工作前已獲發所有相關之工作許可證，本部門已將原有之「自我風險評估表」表格進行更新，增設檢查持有相關許可證的項目。各分判員工由**2013年8月1日**起，於工地進行自我風險評估時必需使用新版本的「自我風險評估表格」，以配合公司之最新政策。

附件一



自我風險評估報告表 (SELF RISK ASSESSMENT)

日期: _____

- 各員工/承判商在工地開工前，必須參照背頁的“自我風險評估咭”來評估該項工作的風險並用以下的“自我風險評估報告表”確認。
- 請以☑表示此事項已檢查並達至安全水平；
- 以ⓧ表示已檢查此事項但未達至滿意水平；以“N”表示《不適用》。
- 如填寫ⓧ之項目，請在“O”項詳述不安全之事項(可參照“自我風險評估咭”內項目的編號說明)及詳述預防和控制措施。
- 以下任何一項發現不安全而又未能更正前，不可進行該項工作。

檢查項目		
A.1 進行該工作前已持有認可並有效之牌照/許可証：		
☐ 平安咭	☐ 建造業工人註冊証	☐ 密閉空間核准工人/合資格人士訓練證明書
☐ 氣體焊接安全訓練牌照	☐ 金屬棚架合資格人士訓練證明書	☐ 搭棚工人及合資格人士訓練證明書
☐ 電業工程人員證明書	☐ 更換廢輪人士的訓練證明書	☐ 其他: _____
A.1.1 * ☐ 封閉道路許可証 * ☐ 建築噪音許可證 (適合在晚上 7:00p.m 至 7:00a.m 時或在公眾假期的任何時段內進行之工作；如吊運)		
A.2 已佩戴合適及足夠的個人防護裝備：		
☐ 安全帽	☐ 護目鏡/護眼罩	☐ 耳塞
☐ 合適之手套 (絕緣手套/防化學品手套/防凍手套等)	☐ 絕緣安全鞋	☐ 急救藥包
	☐ 電力安全上鎖配件	☐ 口罩
B. 電力維修工作及使用電動工具 (必須依照“強制性用電守則”進行檢查)		

✳ 新版本之自我風險評估報告表增設了**A1.1**的欄目，以檢查持有相關的許可證 ✳

工具箱訓練 -- 簽到紙

題目 : 預防中暑及「自我風險評估表」更新
日期 (必須填寫) : _____
承判商公司名稱 (必須填寫) : _____
地盤名稱 (必須填寫) : _____
講者 (必須填寫) : _____

本人已明白內附的工具箱訓練內容，並承諾在工作時會遵從這些指引或規則。
請判商負責人將此簽到紙在 2013 年 8 月 16 日前交回 「開利」安全部 Kathy Ip -

Fax: 2691 2642，E-mail : Kathy.ip@carrier.utc.com。

姓名	平安咭號碼	簽署

其他意見： _____

如希望使用 E-Mail 接收環境、健康及安全部發出的資訊及每月的工具箱訓練，請填上 E-Mail。
(若在早前已填寫 E-mail，可不用再填寫。)

E-Mail : _____