

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 **2020 年 12 月 16 日** 前交回「開利」安全部周小姐。

**** (1) (各承判商留意，1 月份的「工具箱訓練」將於 2021 年 1 月 5 日前發出，若在 2021 年 1 月 5 日仍未收到「工具箱訓練」，請致電安全部周小姐。**

***** (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

祝安康

此致



盧溢輝先生
環保、健康及安全部

季節性流行性感冒

季節性流行性感冒（流感）是由流感病毒引致的急性呼吸道疾病。在本港，流感一般於一至三月和七、八月較為流行。已知可感染人類的季節性流感病毒有三種類型：甲型、乙型和丙型。甲型流感病毒，目前，在人類中流行的季節性甲型流感病毒有兩種亞型，分別是**甲型（H1N1）pdm09**和**甲型（H3N2）**。**甲型（H1N1）pdm09**流感病毒現已成為全球季節性流感病毒株之一。

治理方法

- 充足**休息和多喝水**。
- 若出現流感病徵，**切勿上班**。如果病徵持續或惡化，應**立即求診**。
- 抗生素是治療細菌感染而非病毒感染的藥物，服用抗生素不能治癒流感或加快痊癒。
- 抗病毒劑能減輕病情和縮短患病時間，但必須經由醫生處方才可服用。



預防方法

- **季節性流感疫苗接種**
- 疫苗能安全和有效地預防季節性流感和其併發症。
- 流感可於高危人士引致嚴重疾病，而健康人士亦會受影響。基於季節性流感疫苗安全有效，除有已知禁忌症的人士外，所有年滿**6**個月或以上人士均應接種流感疫苗以保障個人健康。

衛生署建議在每年秋天時份接種流感疫苗，接種疫苗後約兩星期，體內便會產生足夠抗體對抗流感。



季節性流行性感冒

保持個人及環境衛生

- 經常使用梘液和清水潔手，特別在觸摸口、鼻或眼之前，或觸摸扶手或門把等公共設施後。
- 當雙手沒有明顯污垢時，用含70% - 80%的酒精搓手液潔淨雙手亦為有效方法。
- 打噴嚏或咳嗽時應掩蓋口鼻，其後應徹底洗手。
- 將染污的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內。
- 如出現呼吸道感染病徵，應佩戴外科口罩。
- 保持室內空氣流通。
- 在流感高峰期，避免前往人多擠逼或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。
- 保持均衡飲食、恆常運動及充足休息，不要吸煙和避免過大的生活壓力。



季節性流行性感冒

什麼是口罩？

佩戴口罩可遮掩鼻和口，阻隔液體與飛沫微粒通過。外科口罩是一種較常用的口罩。

為什麼要佩戴口罩？

若佩戴得宜，口罩能有效預防由飛沫傳播的疾病

何時要佩戴口罩？

1. 保護自己：當我們需要照顧呼吸道受感染的患者時；或在流感大流行／高峰期期間進入診所或醫院。
2. 保護他人避免受感染：當我們出現呼吸道感染病徵時，如發燒、流鼻水、咳嗽或打噴



怎樣佩戴口罩？

1. 選擇合適尺碼的口罩。
2. 佩戴口罩前，應先潔手。
3. 要讓口罩緊貼面部：
 - 3.1 口罩有顏色的一面向外，有金屬條的一邊向上。如口罩沒有顏色，應將摺紋向下的一面向外。
 - 3.2 如選用綁帶式外科口罩，將口罩的綁帶繫於頭頂及頸後；如選用掛耳式外科口罩，把口罩的橡筋繞在耳朵上。
 - 3.3 把口罩的金屬條沿鼻樑兩側按緊。
 - 3.4 拉開口罩，使口罩完全覆蓋口、鼻和下巴。
4. 佩戴口罩後，避免觸摸口罩。若必須觸摸口罩，在觸摸前、後都要徹底潔手。



季節性流行性感冒

正確潔手

手部衛生是最有效防止疾病傳播的方法。大家應保持手部衛生，當雙手有明顯污垢或被血液、體液沾污，應用梘液及清水洗手。如雙手沒有明顯污垢時，可用含**70-80%**酒精搓手液潔淨雙手。按世界衛生組織建議，大部份酒精搓手液內含乙醇、異丙醇、正丙醇或其組合。



工具箱訓練 -- 簽到紙

題目 : 季節性流行性感冒

日期 (必須填寫) : _____

時間 (必須填寫) : ____時__分 至 ____時__分
(建議訓練時間為 30 分鐘)

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 2020 年 12 月 16 日前交回 「開利」安全部周小姐 -
Fax: 2691 2642，E-mail : Olivia.chau@carrier.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 : _____