



惡劣天氣下 戶外工作安全



夏季在戶外逗留，我們要面對炎熱甚至是酷熱天氣之外，更有時會遇上風雨交加的惡劣天氣。香港有不少僱員，例如是從事速遞、清潔、保安、園藝、運輸、建築等等，不論風雨陰晴，都需要於戶外工作。在惡劣天氣期間 (例如酷暑、颱風)，究竟要注意甚麼，才能令自己和其他人更安全呢？

夏日炎炎，最緊要降溫

在猛烈陽光下工作，或者在悶熱但又通風不足的環境內工作，隨時會導致中暑。本港過去於不同行業曾發生從業員工作時中暑的個案，當中更有人因此喪命。要預防中暑，避免在酷熱環境下工作當然是最好方法；但若不能避免，如何消暑降溫則是僱主及僱員必須要注意的事情。例如園藝工，經常要於戶外工作，照顧物業範圍內的植物，防止中暑的措施包括：

體溫上升莫輕視， 41°不得了！

人體正常體溫為攝氏37度。當我們在炎熱天氣底下進行工作，體溫自然會上升，而我們身體亦會透過排汗以降溫。但當排汗都不能令身體有效降溫時，令我們覺得頭暈、頭痛、噁心、氣促甚至神志不清；若體溫進一步上升至41度，便會令身體痙攣甚至昏迷，亦即是能對生命構成危險的中暑。



圖一、戶外工作者的預防中暑措施



其實除了園藝工之外，不少行業的從業員也會遇上炎熱的工作環境，以下是其他行業一些防中暑措施的好例子：

戶外工作者	防中暑措施
速遞員	<ul style="list-style-type: none"> - 選擇有遮陰的派送路線 - 盡量利用交通工具 - 減少體力消耗，例如運送大量貨件時使用手推車等輔助設備、在乘車或等候收件人時放下貨件袋休息等
保安員	<ul style="list-style-type: none"> - 戶外當值位置通風良好及「有蓋遮頭」 - 盡量避免於烈日當空下進行巡邏等
建築工人	<ul style="list-style-type: none"> - 在工作位置架設簷篷或太陽傘等遮蓋物 - 在「天面」等工作位置放置流動飲水設施，方便工友飲水 - 設立陰涼的休息區供工友休息等
職業司機	<ul style="list-style-type: none"> - 良好保養車輛，以確保冷氣系統功能正常 - 停車等候時，確保車廂良好通風，例如打開車窗 - 盡可能將車輛停泊在陰涼位置等

表一、戶外工作者防中暑措施的好例子

戶外工作者於適當時間在陰涼位置進行小休，對於預防中暑相當重要。小休時間的長短與及次數，應因應工作性質及情況而定，但對於酷熱環境內工作的人員，應給予較頻密的休息時段。以建造業為例，除了每天下午常設的中段休息（下午茶）時段之外，根據建造業議會的建議，亦應於酷熱天氣月份額外設立多15分鐘的休息時間予工友。如正值酷熱天氣警告生效之時段，建議參考勞工處出版的《預防工作時中暑的風險評估》，訂立合適的休息安排。

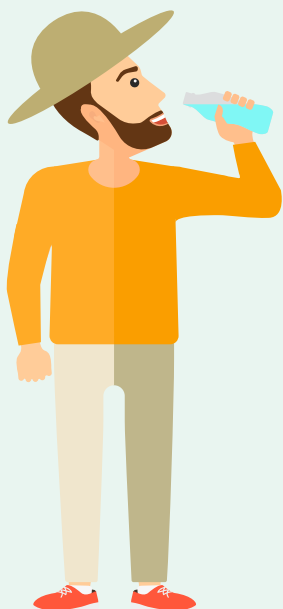
戶外工作者亦應多飲水，在需要時亦可飲用含礦物質的飲料，以補充大量排汗時所失去的水分及鹽分。最好的做法是在工作期間多次飲水並每次飲小量，而不是一次過飲大量的水。此外，僱主亦在戶外工作者之工作位置附近提供足夠的飲用水，以方便員工並避免他們長距離走動。戶外工作者應避免喝含酒精或咖啡因的飲品，因這些飲品會加速身體水分透過泌尿系統流失。

此外，我們在炎熱天氣工作不單可能會令我們中暑，猛烈的陽光亦可傷害我們的皮膚及眼睛。穿戴闊邊帽、太陽眼鏡及使用防曬用品等裝備是有效的防護方法。

在炎熱季節，我們亦應特別留意天氣報告。如天文台發出「酷熱天氣警告」時，需要戶外工作的人士便要特別小心，應要執行上述預防措施以免出現中暑等危險情況；而僱主亦應作出相應的安排以保障戶外工作僱員的安全健康。



圖二、在陽光下工作，應穿著淺色通爽衣服並穿戴闊邊帽等裝備





濕熱豈止防中暑，防蚊亦不可忽視！

夏季炎熱多雨，蚊子容易滋生。蚊子會傳播包括瘧疾、登革熱和日本腦炎等病毒，令感染者身體不適，甚至因併發症而死亡。工作地點負責人必須採取防止蚊子滋生的措施，保障工作者的健康：

- 容器內的積水應最少每星期更換或清倒一次，尤其是在下雨天後；
- 花瓶和盆栽墊盤裏的水一次至少每星期更換一次；
- 室外的貯水容器應蓋密；
- 空樽、汽水罐等垃圾應妥善棄置於垃圾桶內，以防積水；
- 將凹凸不平的地面填平，避免積水；及
- 將所有多餘積水清除，並消除一切滲漏源頭等。

戶外工作者亦應採取以下措施，避免被蚊子叮咬：

- 穿著淺色的長袖衫和長褲；
- 避免在叢林附近的地方休息；及
- 工作前，按標籤指示在衣服或皮膚上塗上驅蚊劑等。

詳情
請閱今
期刊載於
P.28的
相關文章—
《預防蚊患》。

強風凜凜，物件要綁緊

夏季又名「風雨季節」，戶外工作者除了要面對酷熱天氣外，亦有機會遇上強風及暴雨的情況。當刮起強風時，戶外工作地點內的鬆散物料、臨時構築物或裝置等均有可能被強風吹倒，造成倒塌危險；過往亦曾發生強風吹起鬆散物料並擊傷他人的意外，故此我們絕不能掉以輕心。當天文台發出「強烈季候風」或熱帶氣旋（颱風）警告時，我們應留意下列之危險情況，並執行相關之安全措施：



圖三、鬆散物料容易被吹起，在強風情況下必須要將之綁好或移入室內

管理好樹木，護養免吹倒！

每當颱風過後，常會出現樹木被強風吹倒的情況。從環境的角度而言，樹木倒下故然可惜，但若樹木倒塌時附近有人，可能會導致致命意外。為減低樹木被強風吹倒的機會，負責人應為工作地點內的樹木做好風險管理，在有需要時為樹木進行安裝支撐或纜索系統等措施；亦要為樹木做好日常的護養，確保其健康及結構良好。當強風出現時任何人士應避免停留在樹木附近。當強風過後檢查樹木的情況，以策安全。

強風可引致的危險情況

安全措施

臨時構築物(棚架、圍板)或裝置(吊重機)被吹翻或倒塌，引致附近的人受傷

- 將棚架及圍板加固拉緊，並拆除帆布
- 將流動式工作台等裝置收好或綁緊
- 避免操作起重機，並將吊臂置於安全位置

車輛被風吹倒，造成交通意外

- 使用安全交通工具及駕駛路線

物件飛墜，擊中附近的人

- 將容易被風吹倒的物件及散料綁緊或收好
- 停止進行高空吊運工作，防止物料在吊運途中被吹跌
- 為戶外工作的員工提供適當的個人護裝備，例如安全帽

身體失平衡跌倒

- 留在室內，避免受強風正面吹襲
- 停止進行任何戶外的高空工作，例如修葺或清潔外牆，以防被強風吹倒

海面出現湧浪，影響岸邊及海上人士安全

- 避免進行岸邊工作
- 出海工作前，先留意天氣預報的最新消息
- 如在出海途中，發覺天氣轉壞或颱風迫近，應及早返回避風港
- 海上作業人員必須穿上防滑安全鞋及救生衣

表二、應對強風情況的安全措施

天降暴雨，綢繆於未雨

常言道「暴雨成災」，其實一點也不誇張，因為大雨有機會令斜坡泥土鬆脫，造成山泥傾瀉；而大雨亦可令溪澗、河道或水渠水位上漲，造成山洪暴發。這兩種危險情況均能導致嚴重人命傷亡，所以我們必須未雨綢繆，防止災害出現。斜坡及擋土牆負責人必須要根據木工程拓展署的相關指南妥為維修斜坡，並在風雨季節來臨前，即每年四月之前完成例行維修檢查，以確保斜坡及擋土牆之排水渠及保護面能發揮正常作用，以防止雨水滲入並侵蝕泥土；而確保渠道暢通沒有淤塞，亦可避免工作地點出現水浸等問題。

至於需要戶外工作的人士，如非必要當然要避免在天文台發出暴雨警告訊號時於戶外工作。若在工作期間突然遇上暴雨，應留意以下各點以策安全：

- 盡可能往室內避雨；
- 避免走近陡峭的斜坡及護土牆，以及避免於有山泥傾瀉警告指示牌的道路內駕駛，尤其當「山泥傾瀉警告」生效時；
- 避免停留在斜坡邊和挖掘的土坑內，以防泥土塌下；
- 遠離溪澗、河道或水渠，並切勿在溝渠內避雨，以免遇上山洪水淹；
- 避免在未知地面狀態情況下，走過被水坑覆蓋的地方，以防遇溺；
- 停止進行電焊等帶電工作，以防觸電，並將電工具或相關器材放進室內避免沾濕；及
- 穿著具足夠防滑能力的鞋具，以防在濕滑地面滑倒等。

雷電交加，室內最安全

雷暴在春季及夏季最為常見。雷暴對戶外工作人士造成的主要危險是直接或間接對人體產生電擊，因此當天文台發出雷暴警告時，我們應立即停止戶外工作，並躲入建築物內，避免遭受電擊。若不能即時走入室內，亦應注意下列安全要點：

- 切勿在水中或空曠的地方停留；
- 切勿在樹底、燈柱或其他導電物體旁停留；
- 移除身上的金屬飾物；及
- 遠離金屬喉管、電纜/電線、建築物或屏障，或其他類似金屬裝置等。

雨過天晴，勿忘先檢查

當強風或暴雨等惡劣天氣過後，我們應為工作地點進行安全檢查，尤其確保棚架、泥坑及其他臨時建築物安全及穩固後，才可重新展開工作。

參考資料：

1. 《夏日炎炎慎防中暑》，衛生防護中心
2. 《香港天文台網頁－香港暑熱指數》，香港天文台
3. 《休息時段指引》，勞工處
4. 《預防工作中暑的風險評估》，勞工處
5. 《給速遞員的職業健康提示－人力派遞操作》，勞工處
6. 《健康促進及防護－酷熱天氣預防措施》，香港中文大學
7. 《在酷熱天氣下工作的工地安全指引》，建造業議會
8. 《預防蚊子傳播的疾病》，衛生防護中心
9. 《小心登革熱 齊來把蚊滅》，食物環境衛生署

10. 《防治蟲鼠－登革熱》網頁，食物環境衛生署
11. 《惡劣天氣下的工作安全指南》，勞工處
12. 《香港斜坡安全》網頁，木工程拓展署
13. 《道路使用者守則》，運輸署
14. 《樹木管理手冊》，發展局



圖四、暴雨期間切勿停留在泥坑內

大雨駕駛意外多，四秒車距不可少！

很多人都知道駕車時要與前車保持最少2秒距離，但並非很多人清楚，原來這個2秒車距並非絕對，是要因應不同情況而增長的。運輸署指明，若遇上路面濕滑等不良情況，應把車距倍增至4秒，甚至更長。雨水令路面濕滑，造成與輪胎之間的摩擦系數減少，故此司機若要剎停車輛，需要比正常更多的剎車距離。

大雨時行車亦可能會出現「漂滑效應」(Aqua-planting)。當路面出現一定程度的積水，而車輛於其上快速駛過，輪胎可能會被積水完全「啣起」而不能與路面接觸。若出現此情況，車子就如同於冰面上滑行，完全失去抓地力而「跣咗」。這是不少車輛於大雨時發生意外的原因。

故此，駕駛者若不能避免於大雨之下駕駛，務必要保持安全車速，並且要與前車保持足夠的距離。

