預防工作時中暑指引

勞工處

本指引由勞工處職業安全及健康部編印

2023 年 5 月　初版（修訂）

2024 年 4 月　第二版

本指引可以在勞工處職業安全及健康部各辦事處免費索取，亦可於勞工處網站 https://www.labour.gov.hk/tc/public/content2_9b.htm 下載。有關各辦事處的地址及電話，可參考勞工處網站 https://www.labour.gov.hk/tc/tele/osh.htm 或致電 2559 2297 查詢。

刊物及媒體 - 職業健康

各辦事處的地址及電話

歡迎複印本指引，但作廣告、批核或商業用途者除外。如節錄資料，請註明取材自勞工處刊物《預防工作時中暑指引》。

目錄

1. 引言 1

2. 適用範圍及定義 2

3. 風險評估 3

3.1 熱壓力風險因素 3

3.1.1 環境因素 3

3.1.2 工作因素 3

3.1.3 個人因素 4

3.2 測量工作環境的熱壓力 4

3.2.1 濕球黑球溫度 (WBGT) 4

3.2.2 香港暑熱指數 (HKHI) 及工作暑熱警告 5

3.3 評估及記錄熱壓力風險 6

4. 預防及控制措施 7

4.1 供應清涼飲用水 7

4.2 減少吸收熱力 8

4.3 增加散熱 10

4.4 減少體力勞動 10

4.5 安排工作時段 11

4.6 安排熱適應期 11

4.7 安排休息的時間及地方 12

4.8 根據風險評估採取預防控制措施 12

5. 工作暑熱警告生效時的工作 / 休息安排 13

5.1 工作暑熱警告生效 13

5.2 每小時的工作和休息安排 13

5.3 可減少休息時間的情況 14

5.4 需增加休息時間的情況 15

5.5 綜合計算需增加或減少的休息時間 17

6. 熱疾病辨識及處理 19

6.1 及早識別熱疾病 19

6.2 熱疾病的急救處理 20

6.3 工傷呈報 22

7. 資料、指導、訓練及監督 23

7.1 提供資料、指導及訓練 23

7.2 監督及安全管理制度 24

附錄一 工作勞動量的分類和例子 25

附錄二 工作地點熱壓力風險評估表格（範本） 26

附錄三 工作地點熱壓力風險評估表格（例子） 30

附錄四 工作暑熱警告生效時戶外露天工作每小時的休息安排 43

附錄四 (a) 工作暑熱警告生效時沒有空調的室內環境工作每小時的休息安排 . 44

附錄五 工傷呈報指引 45

附錄六 工作暑熱警告訊息內容（範例） 46

查詢及投訴 47

1. 引言

1.1 香港夏天炎熱和潮濕，一些需要從事戶外工作（例如建造業、清潔、保安、園藝等行業的僱員）或在沒有設置空調系統的室內環境工作的僱員（例如機電業僱員），會受酷熱天氣影響而增加中暑的風險。此外，僱員若需要在一些熱源或發熱設備（例如鍋爐）附近工作，亦會有中暑的風險。

1.2 根據《職業安全及健康條例》（第509章）的一般性責任條款，僱主須在合理地切實可行的範圍內提供或維持屬安全和不會危害健康的工作環境和工作系統。因此，僱主須就僱員在工作時的熱壓力進行風險評估，並因應評估結果採取適當措施避免僱員在工作時中暑。若僱主對於工作地點沒有控制權，則須與該工作地點的佔用人保持良好溝通，及確保預防中暑的措施能妥善執行。僱員亦須遵照僱主訂定的制度或工作方式、使用由僱主提供的任何設備及配合遵行有關的防控措施，減低中暑風險。

1.3 本指引闡述僱主為僱員進行熱壓力風險評估時所須考慮的不同因素，包括工作環境、工作性質及個人因素，以及適用於不同風險因素的預防及控制措施，協助僱主因應實際的工作情況，採取有效措施，減低僱員在酷熱環境下工作時中暑的風險。

1.4 由於各行各業不同職位的工作性質和要求有所不同，僱主及僱員應儘早參考本指引提供的準則和建議，以風險為本及共同協商的原則，就酷熱天氣下的預防中暑措施，定出合理及雙方同意的方案。

2. 適用範圍及定義

2.1 本指引適用於需要處於炎熱天氣下或高溫環境中進行的工作，例如：

- 在戶外露天地點進行的工作
- 在沒有安裝空調系統的室內地點進行的工作
- 在熱源或發熱設備附近進行的工作

2.2 本指引主要為減低一般僱員在工作時的熱壓力和中暑風險提供相關準則和建議。僱主若因其僱員的獨特工作情況和運作需要而未能參照本指引採取合適的防暑措施，應尋求職業健康專業人員的意見和協助，包括進行風險評估及就有關特定情況建立安全的工作系統，以保障僱員在酷熱天氣下工作的安全和健康。

2.3 本指引的詞彙採用以下的定義：

- **「環境因素」**－ 指任何工作地點的環境溫度、相對濕度、氣流（風速）和熱輻射。
- **「工作因素」**－ 指任何工作地點的僱員的工作性質，包括勞動量、持續時間及所需的個人保護裝備等因素。
- **「個人因素」**－ 指任何工作地點的僱員的個人健康狀況及身體是否已經適應在酷熱環境中工作等因素。
- **熱壓力（Heat stress）**－ 指熱量對人體所構成的壓力。體力勞動會促使人體產生熱量，而炎熱天氣阻礙身體散發熱量，因此會增加熱壓力和中暑風險。
- **熱適應（Heat acclimatisation）**－ 指身體透過逐漸的生理適應，以提高承受熱壓力的能力。例如以往未曾在酷熱天氣下工作的員工，須在數日內逐步增加其工作量至正常的水平，讓他們逐漸適應工作時的熱壓力。

3. 風險評估

僱員在炎熱天氣下或高溫環境中工作會面對中暑的風險。為預防僱員在工作時中暑，僱主應為有關僱員在工作地點所面對的熱壓力進行風險評估，並根據評估結果採取有效的預防措施。

在絕大多數情況下，進行這些風險評估並不困難，並可使用本指引內的評估表格協助。僱主可委任一名熟悉工作地點及員工的工作情況，並對熱壓力有基本職業安全及健康知識的人士進行風險評估。評估時需要考慮各種影響熱壓力的因素（包括環境、工作及個人因素），然後就識別出的不同風險因素，建議需採取的預防及控制措施。

3.1 熱壓力風險因素

當身處酷熱環境工作時，身體會增加皮膚的血流量及排汗來散熱。若環境及工作因素令熱壓力增加，而僱員身體的生理調節機能未能有效控制體溫，熱壓力便會上升，增加中暑的風險。

僱主在工作地點評估熱壓力風險時，須考慮環境、工作和僱員個人的風險因素。

3.1.1 環境因素

在工作地點令僱員熱壓力上升的環境因素包括：

(a) 環境溫度高
例如：天氣炎熱、工作位置附近有熱源/發熱設備

(b) 相對濕度高
例如：天氣或工作環境潮濕

(c) 受陽光直接照射
例如：在戶外露天地點工作

(d) 空氣流動或通風情況差
例如：密閉或被圍封的工作環境、欠缺通風設施等

3.1.2 工作因素

工作本身的一些因素或需要，可能增加僱員的熱壓力，例如：

- 體力勞動；及
- 穿著厚身/不透氣的工作服或保護衣。

3.1.3 個人因素

僱員的一些個人因素可能增加他們在酷熱環境工作時的中暑風險，例如：

- 以往從未曾在炎熱高溫的環境工作；
- 已有一段時間（例如超過兩星期）不曾在炎熱高溫的環境工作；及
- 僱員本身有一些健康問題，例如心臟病、高血壓或長期服用某些藥物等。

僱員如對其身體狀況是否適合在高溫環境工作有疑問，應徵詢醫生的意見。若醫生有特別建議，應將有關意見通知僱主，並與僱主商討作出適當的工作安排。

3.2 測量工作環境的熱壓力

3.2.1 濕球黑球溫度 (WBGT)

◆ 濕球黑球溫度（Wet Bulb Globe Temperature, WBGT）是一個綜合空氣溫度、相對濕度、風速及熱輻射量等環境因素對人體造成熱壓力的指數。一般而言，測量WBGT指數需要使用經定期校準的儀器，並由受過相關培訓的專業人員闡釋數據及作出評估，以建議所需的防暑措施。

◆ 僱主若認為僱員在工作時可能面對較高的熱壓力，例如進行熔煉金屬的工作，可尋求職業健康專業人員在工作地點量度WBGT指數以作為僱員熱壓力評估的依據，並按評估結果採取適當的預防和控制措施，包括制定風險管理、控制策略以及提供個人防護裝備等。

◆ 有關以WBGT指數評估熱壓力的方法可參考中國國家標準（GBZ/T 189.7–2007）、國際標準化組織（ISO 7243:2017）和美國政府工業衛生學家會議–閾限值和生物暴露指數文檔（American Conference of Governmental Industrial Hygienists (ACGIH)–Documentation of Threshold Limit Values and Biological Exposure Indices）。

◆ WBGT較適宜應用於高溫環境變化不大的地點（例如有固定熱源/發熱設備的室內工作地點）作熱壓力評估，因可減少由於環境風險因素改變而重新再作測量和評估的需要。

3.2.2 香港暑熱指數(HKHI)及工作暑熱警告

- 對於大部分在戶外或沒有設置空調系統的室內環境工作的人員來說，天氣是影響熱壓力的最主要環境因素。由於天氣不斷變化，若以WBGT評估熱壓力，便需隨天氣情況改變而不斷作實時測量，會造成實際上的困難。此外，採用WBGT指數或其他測量熱壓力的方法均需使用儀器和受訓練的人員作量度，亦會造成資源上的負擔，特別是對中小企而言。

- 香港暑熱指數（Hong Kong Heat Index, HKHI）[1, 2]，是香港天文台與中文大學醫學院共同研究，基於WBGT指數發展出來的熱壓力指數。HKHI的計算程式與WBGT相類似，包含了環境溫度、濕度、空氣流動及太陽熱輻射水平等氣象數據和本港整體入院數字以作考量。因此，HKHI能適當地反映香港整體市民因熱壓力構成的健康風險。

- 為了讓僱主及僱員更容易評估在酷熱天氣下處於戶外或沒有設置空調系統的室內環境工作時的熱壓力水平，勞工處基於天文台發布的HKHI數值及「極端酷熱天氣」特別提示制定了工作暑熱警告，分為黃色、紅色及黑色三級，顯示僱員在有關環境工作時面對顯著及遞增的熱壓力水平。僱主／負責人可參考勞工處發出的工作暑熱警告，從而可較簡易便利地判斷僱員在工作時所面對的中暑風險。有關發出工作暑熱警告的詳情請參閱下表及第5.1章。

香港暑熱指數	工作暑熱警告	警告標誌
#30 至 <32	黃色	
	工作暑熱警告為黃色，表示部分工作環境的熱壓力頗高。	
32 至 <34	紅色	
	工作暑熱警告為紅色，表示部分工作環境的熱壓力甚高。	
≥34	黑色	
	工作暑熱警告為黑色，表示部分工作環境的熱壓力極高。	

若天文台發出「極端酷熱天氣」特別提示，即使香港暑熱指數未達30，勞工處亦會發出黃色工作暑熱警告。

[1] K.L. Lee, Y.H. Chan , T.C. Lee, William B. Goggins & Emily Y.Y. Chan, The development of the Hong Kong Heat Index for enhancing the heat stress information service of the Hong Kong Observatory, International Journal of Biometeorology, November 2015.

[2] https://www.hko.gov.hk/tc/wxinfo/ts/display_element_hkhi.htm

- **工作暑熱警告主要是就本港天氣整體上對於在戶外或沒有設置空調系統的室內環境工作的僱員構成顯著的熱壓力和健康風險作出警示，提醒僱主和僱員採取所需的防暑措施，減低僱員工作時中暑的風險。**

- 工作暑熱警告的制定並沒有免卻僱主本身須評估其工作地點的安全和健康風險的責任。若僱主和僱員因其工作地點的特殊情況（例如地理位置、工作環境），認為工作暑熱警告未能實時及充分反映該工作地點的天氣或環境對僱員構成的熱壓力風險，僱主有責任就這情況自行另作評估，例如尋求職業健康專業人員在工作地點量度WBGT指數評估僱員面對的熱壓力，並按結果採取相應的預防措施減低僱員工作時中暑的風險。

3.3 評估及記錄熱壓力風險

3.3.1 僱主應充分評估工作地點的熱壓力風險，並妥善控制所識別出的各種風險因素。本指引的**附錄二**提供了一份包括以工作暑熱警告作為考慮因素的「工作地點熱壓力風險評估」的範本表格，僱主可採用這範本表格為通常在工作時面對熱壓力的員工進行風險評估，並按照評估結果在合理地切實可行情況下，採取所需的預防措施，保障僱員的職業安全及健康。僱主應儘早通知僱員風險評估的結果和相應的風險控制措施，並且提供相關的資料、指導、訓練及監督。此外，僱主亦應保存上述風險評估的書面紀錄。

3.3.2 若員工會在不同的工作環境從事不同勞動量（見**附錄一**）的工作，他們所面對的熱壓力風險會有所差異。因此，僱主應使用附錄二的評估表格分別為進行不同工作性質的員工進行相應的風險評估。當評估時的情況已有重要改變使評估結果不再有效時，便應重新進行風險評估。

3.3.3 **附錄三**提供了一些使用「工作地點熱壓力風險評估」表格的參考例子。

4. 預防及控制措施

要預防僱員在工作時中暑，僱主應參考本指引第3章的建議，為僱員的工作進行熱壓力風險評估，並根據評估識別出的各種風險因素，在合理地切實可行的情況下，採取相應及有效的風險控制措施。

本章會詳細闡明各種熱壓力風險控制措施，讓僱主和僱員參考和應用。

4.1 供應清涼飲用水

4.1.1 在炎熱環境下工作，身體會增加排汗以調節體溫，若不補充身體流失的水分，便會增加員工中暑的風險。根據《職業安全及健康規例》（第509A章）第16(1)條，工作地點的負責人必須確保該工作地點有提供足夠的可供飲用的水，以供受僱在該工作地點工作的僱員飲用。

4.1.2 一般而言，為紓緩僱員的熱壓力，僱主應向員工提供每小時約250至500毫升清涼飲用水。僱員在工作時的熱壓力越高，身體因出汗而流失的水分便越多，僱主須因應情況給員工增加飲用水的供應，建議讓他們每15至20分鐘飲用約250 毫升清涼飲用水，即每小時飲用約750至1,000毫升的清涼飲用水（但不應每小時飲用超過1,500毫升的水，以免導致血液中的鹽分濃度低於正常水平）。

4.1.3 同時，僱主應在合適方便的地點提供飲用水，盡可能讓員工可在不多於10分鐘的步行時間取得所需的飲用水。

4.1.4 僱員本身亦應多主動飲用足夠的水以補充水分；如果感到口渴時才喝水，會增加中暑風險，因其時身體可能已經出現脫水情況。

4.1.5 由於身體排汗的時候，除了流失水分，亦會流失鹽分。對於需要在酷熱的環境工作兩個小時以上的僱員，僱主亦可考慮提供含有電解質（如：鈉質、鉀質）的飲料，讓僱員可適當地補充電解質。

4.1.6 另一方面，僱主絕不應提供含有酒精的飲品作為補充身體水分的選擇，以免增加僱員在工作時的熱壓力風險。

4.2 減少吸收熱力

4.2.1 減少僱員在工作時吸收熱力是避免他們中暑的重要方法之一。僱主需要評估工作地點的熱源或受陽光直接照射所帶給員工的熱壓力風險，並制訂有效措施，減少員工長時間暴露在高熱力的環境中工作。

熱源

4.2.2 工作地點常見的熱源包括明火煮食爐具、氣體焊接、火焰切割、散熱裝置等。僱主在評估員工可能面對的熱壓力風險後，應根據實際情況制訂有效措施及／或為員工提供個人防護裝備，減少吸收熱力。這些措施包括移離或隔離產生熱力和熱空氣的裝置或設備、抽走工作地點的熱空氣、為員工提供個人防護裝備等。

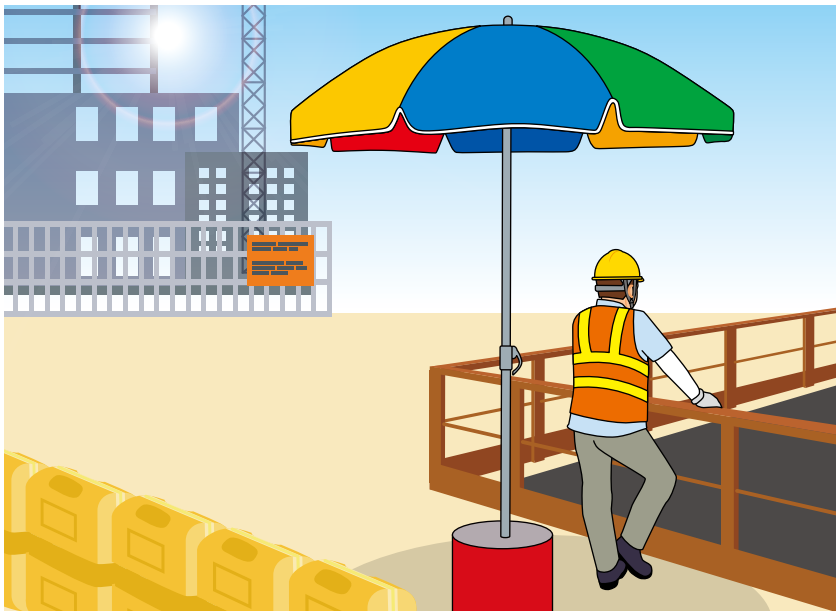
4.2.3 當進行涉及高熱的工序（例如熔融金屬）時，僱主須設置適當的設備，例如抽氣設施和隔熱裝置，以控制僱員工作位置的溫度。此外，如工序中散發的高熱輻射量能傷害皮膚和眼睛，僱主亦須提供合適的防高溫和隔熱的個人防護裝備（例如能以光亮表面將熱輻射量反射並具隔熱功能的防護頭罩、護目鏡、手套及防護衣等），以減低僱員工作時的危險。

陽光

4.2.4 戶外工作的僱員則應特別注意受陽光直接照射而吸收的熱輻射。僱主／負責人應在合理地切實可行的情況下為長時間從事戶外工作的員工設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處，而這些措施應可以遮擋員工絕大部分身軀免受陽光直接照射，儘量減少員工吸收熱輻射。

設置上蓋或遮擋陽光遮蔽處

4.2.5　當僱員在臨時工作地點從事戶外露天工作時，或設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處並不可行時，僱主 / 負責人應考慮適當地使用太陽傘，以減少員工受陽光直接照射。



臨時工作地點架設太陽傘

4.2.6　此外，僱主亦應為僱員提供合適的防曬裝備，如闊邊帽、配有頸擋的安全帽、冰巾及防曬手袖等，以阻隔陽光及減低從環境中吸收熱輻射。

4.3 增加散熱

空氣調節或通風設備

4.3.1 空氣調節系統可以降低環境的溫度和濕度，有助員工散熱降溫，減低熱壓力。如因工作地點的特別情況或限制不能提供空氣調節，可設置吹風機或噴霧風扇[3]，加强空氣流動，增加散熱。如果設置吹風機亦有困難（例如工作地點沒有電源或適當空間設置有關設施）或僱員需往來不同的地點工作，僱主亦應向僱員提供便攜式的風扇(腰間扇為較佳選擇)來幫助身體散熱降溫，以減低員工的熱壓力。

衣著

4.3.2 僱員在炎熱高溫的環境工作時，應儘可能穿著淺色、薄身及寬鬆的衣服，可減少吸收熱能及有利於身體散熱；通爽及有良好吸濕排汗功能的衣料，可有效吸走皮膚水分並增加水分揮發及散熱。如僱主需為僱員提供工作服，應儘可能符合上述衣服或物料的條件／規格。此外，僱主給戶外工作人員提供有良好排汗快乾功能的防曬手袖，除可阻隔陽光的熱輻射及有助局部汗水揮發和散熱，亦可避免手臂曬傷。

4.3.3 若僱主未能提供上述的設備或工作服時，僱主亦應考慮向員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣，以減低員工中暑的風險。

4.4 減少體力勞動

4.4.1 增加工作時的活動強度和速度，均會令身體產生更多熱能，繼而增加員工的熱壓力水平。僱主／負責人應作出適當的工作安排以減低工作的強度和速度，例如提供合適的機械輔助工具（包括手推車、托盤車、起重裝置等）給員工使用，或指導員工採取其他合適的措施（例如二人／多人合力搬運等）減少體力勞動，以減低熱壓力；如員工需長時間或急速地從事重勞動量的工作，應安排或由不同員工輪替工作，以減低員工工作的勞動量及速率。

[3] 在室內使用噴霧風扇容易增加環境的濕度，影響散熱效果，因此噴霧風扇一般較適宜在戶外環境使用。

4.5 安排工作時段

4.5.1 在夏季炎熱的日子，僱主應在合理地切實可行的情況下將戶外及高勞動量的工作編排至日間較涼的時段（如在上午10時前或在下午4時後）進行，或透過編更或其他方式，安排僱員交替在較熱和較清涼的環境下工作，以避免讓員工因長時間在炎熱高溫的環境工作而增加中暑風險，同時亦可減少對工作流程和進度的影響。

4.6 安排熱適應期

4.6.1 在酷熱的環境下工作，員工身體會因熱壓力而出現不同的生理反應，令體溫和心率上升。熱適應期是讓員工在一段時間內逐漸適應酷熱的工作環境和身體的反應，並作出相應的生理調節。

4.6.2 若僱員從未曾或者已經超過一個月沒有在酷熱環境工作，僱主應安排最少5天的熱適應期，讓員工可以完全地適應在酷熱環境中工作。員工首天在酷熱環境中工作不應超過正常工作時間的20%，之後每天再增加正常工作時間的20%，直至員工完全適應並如常在酷熱環境工作。

4.6.3 若員工已有兩星期至一個月的時間沒有在酷熱環境中工作，當他們復工時，僱主亦應安排最少4天的熱適應期，讓他們可以重新適應在酷熱環境中的工作。在復工的首天，員工在酷熱環境工作的時間不應超過正常工作時間的50%；之後每天可再增加正常工作時間的20%，逐步回復到正常在酷熱環境工作的時間。

4.6.4 以往有研究顯示超過一半的中暑致命意外涉及未適應在酷熱環境工作的員工，令意外在他們首幾天的工作期間發生。因此，僱主應特別留意未完成熱適應的員工工作時的熱壓力風險，確保已採取足夠的控制措施。

4.7 安排休息的時間及地方

4.7.1 如上文所述，體力勞動會產生熱能，增加熱壓力。為減低僱員工作時的熱壓力，僱主應在合理地切實可行的情況下，讓員工有休息時間，稍作歇息、喝水，並讓身體降溫。例如安排輕至中等勞動的員工，每工作2小時至少有10分鐘休息；而重至極重勞動的員工，每工作2小時至少有15分鐘休息（若在工作暑熱警告生效時，則應按本指引第5.5章建議為有需要的員工每小時安排休息時間）。若員工未適應／需重新適應在酷熱天氣下或高溫環境中工作，需為有關員工安排額外的休息時間。除了考慮工作時的熱壓力外，僱主亦應基於其他風險因素（例如員工身體疲勞等），為員工安排合適休息時間。

4.7.2 僱主應以風險為本的原則，因應天氣的酷熱情況增加相關員工的休息時間。僱主可按工作情況將所需的休息時間分為較短但較頻密的休息時段。

4.7.3 除了休息時間，休息位置也很重要。如果員工能在涼爽的地方休息，熱壓力會更快得到紓緩。僱主／負責人應為從事戶外露天工作的員工，設置或安排有上蓋或可遮蔭的地方，例如涼亭、傘下、茂密的樹蔭、流動車廂等，讓員工可以坐下休息。如未能安排有遮蔽的休息地方，員工需給予更長的休息時間紓緩熱壓力。在偏遠及沒有電力供應的工作地點，僱主／負責人可考慮安裝流動清涼休息站供相關員工使用。 休息的地方應有良好的通風，若有空氣調節則更理想。

4.8 根據風險評估採取預防控制措施

4.8.1 本指引**附錄二**所載的「工作地點熱壓力風險評估」範本表格基於上文所述，就工作時可能面對的各種熱壓力風險因素列出了一些相應的預防及控制措施。僱主應按風險評估的結果，在切實可行的情況下採取適用於其工作地點和僱員的措施，以減低相關的熱壓力風險。

4.8.2 **附錄三**提供了一些使用該風險評估表格制定所需的風險控制措施的參考例子。

5. 工作暑熱警告生效時的工作 / 休息安排

本章簡介僱主應如何為應對工作暑熱警告生效制定和實施適當的防暑措施，包括工作和休息安排，以減低於戶外和沒有設置空調系統的室內環境工作的員工中暑的風險。

由於室內設有空調系統的工作環境一般不受戶外暑熱天氣的影響，因此下文就發出工作暑熱警告而建議的每小時工作和休息安排並不適用於有空調系統運作的室內工作環境（但僱主仍須評估僱員在有關工作環境是否面對其他的熱壓力風險，例如工作位置附近有熱源或發熱裝置，並因應評估結果採取適當的控制措施）。

此外，有關工作暑熱警告生效的休息安排亦不適用於因生產工序、人身財產安全或公眾利益等而需要緊急處理或持續進行的工作，例如滅火、緊急救援或搶修工作。

5.1 工作暑熱警告生效

5.1.1 工作暑熱警告由勞工處制定及發出，香港天文台協助製作及傳送訊息。工作暑熱警告的發出、更新或取消是根據香港暑熱指數數據及「極端酷熱天氣」特別提示的發布情況，透過電腦系統自動進行檢測、製作和傳送，正常情況下不經人手修訂。完成上述程序一般需時約10至20分鐘。當不同級別的工作暑熱警告生效後，相關的訊息會在香港天文台官方網站首頁及「我的天文台」手機應用程式上顯示。僱主和僱員亦可透過選擇接收「我的天文台」或「香港政府通知你」手機應用程式的推送訊息而得知工作暑熱警告的生效詳情（範例請參閱附錄六）。此外，勞工處亦會透過新聞公報及各大電子傳媒機構向公眾發出工作暑熱警告生效的提示訊息。

5.1.2 工作暑熱警告發出後會每小時更新情況，若果期間出現更高工作暑熱警告級別，則會提早作出更新。

5.2 每小時的工作和休息安排

5.2.1 當工作暑熱警告生效，表示在戶外或沒有空調的室內環境工作的僱員會因為炎熱天氣面對高水平的熱壓力。僱主須在合理地切實可行範圍內，採取有效的防暑措施，減低僱員所面對的熱壓力。視乎工作暑熱警告的級別、工作的勞動量和其他增加熱壓力的風險因素，以及已採取的防暑措施，僱主可能需要為受影響的員工每小時安排休息時間，讓他們的身體有機會降溫，以減低中暑的風險。

5.2.2 **附錄四**列出在不同的工作暑熱警告級別下，僱員在**戶外露天環境**進行不同勞動量工作**（未考慮其他熱壓力風險因素和已採取的防暑措施）**每小時的建議休息時間。在**沒有空氣調節的室內環境**工作雖然亦受炎熱天氣影響，但可免受陽光直接照射產生的熱壓力，因此對比附錄四同一勞動量的戶外露天工作，每小時建議的休息時間可**減少15分鐘**（見**附錄四(a)**）。有關**工作勞動量**的分類請參考**附錄一**。

5.2.3 如僱主能因應工作的熱壓力風險因素盡可能實施各項適用的防暑措施，可降低每小時所需的休息時間；在一些較輕勞動量的工作，按第4.7章的建議為僱員安排休息可能已經足夠，不一定需要每小時安排休息時段。下文會闡述在工作暑熱警告生效時，可就附錄四列出的建議休息時間作出調整的考慮因素。

5.3 可減少休息時間的情況

遮擋陽光

室內環境 [4]

5.3.1 如5.2.2段所述，由於室內環境可免受陽光直接照射產生熱壓力，因此若能安排在戶外露天工作的員工到室內環境工作，或員工本身是在室內環境工作，每小時建議的休息時間比在戶外露天環境進行同一勞動量的工作可**減少15分鐘**。

遮蔭設施

5.3.2 在已設置上蓋的位置或遮擋陽光的遮蔽處（包括在可遮擋員工絕大部分身軀的太陽傘下）工作，亦可顯著減少陽光直接照射所產生的熱壓力，因此每小時建議的休息時間同樣可比同一勞動量的戶外露天工作減少15分鐘。

加強空氣流動 / 散熱設備

5.3.3 若僱主 / 負責人已加強僱員工作位置的空氣流動，或向員工提供散熱設備，有效地減低僱員所面對熱壓力，例如設置吹風機或噴霧風扇，或給員工提供便攜式風扇加強空氣流動，每小時的休息時間亦可減少15分鐘。若提供上述設備不可行時，向員工提供含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣，休息時間亦可減少15分鐘。

[4] 指**沒有設置空調系統**的室內環境。如員工能獲安排到*有空調的室內環境工作*，或員工本身是在有空調的室內環境工作，該段時間*無需因應工作暑熱警告生效作特別的工作和休息安排*。

減少體力勞動

5.3.4 僱主 / 負責人如能在工作暑熱警告生效時透過減低僱員的勞動量，休息時間便可相應減少。例如：當工作勞動量從「重勞動」下調一個級別到「中等勞動」，在相同的工作環境和防暑措施下工作，在同一工作暑熱警告級別所需每小時的休息時間可減少15分鐘。

同時提供/採取多項防暑措施

5.3.5 僱主 / 負責人若同時提供上述遮擋陽光的措施和加強散熱設備（或冷凍衣），以減低熱壓力，同一工作勞動量的員工在工作暑熱警告生效時每小時的休息時間合共可減少30分鐘；若能同時如5.3.4段所述減低員工的勞動量至較低級別，每小時所需的休息時間可相應再減少，以此類推。

5.4 需增加休息時間的情況

環境或工作因素

熱源或發熱設備

5.4.1 當僱員工作位置附近存在明顯的熱源或發熱的設備，而工作地點欠缺有效抽走熱氣 / 濕氣或隔離熱力的設施，例如以下舉出的一些情況，員工所需每小時的休息時間應增加15分鐘：

- 沒有在廚房設置有效的裝置以抽走煮食工序散發的熱氣和濕氣；
- 進行氣體焊接或火焰切割時，沒有使用抽氣裝置以抽走工序散發的熱氣；或
- 沒有在工作位置附近的發熱裝置加裝隔熱板而令工作位置的溫度上升。

通風不足

5.4.2 一些缺乏自然通風的工作地點，例如密閉的房間或被圍板圍封的裝修地點，如沒有有效的通風設備，員工所需每小時的休息時間應增加15分鐘。

保護衣服

5.4.3 僱員如需在工作時穿著不透氣的保護衣，會阻礙身體散熱，增加熱壓力，因此僱主應在合理地切實可行的情況下作出安排，盡量避免員工在工作暑熱警告生效期間進行需穿著不透氣保護衣的工作。若未能實施，每小時的休息時間應增加15分鐘。

不透氣的保護衣

個人因素

未適應酷熱環境

5.4.4 若僱員未適應或需重新適應在酷熱環境中工作，例如以往未曾或超過兩星期不曾在酷熱的環境中工作，僱主除了須跟從第4.6章有關熱適應期的安排外，當工作暑熱警告生效時，有關僱員每小時的休息時間應增加15分鐘。

同時有多項風險因素

5.4.5 如5.4.1段至5.4.4段中所述的其中兩項風險因素同時存在，每小時的休息時間應增加共 30分鐘。如三項風險因素同時存在，休息時間應增加共45分鐘。如同時有四項風險因素，休息時間應增加至60分鐘（即有關工作在該小時必須暫停）。

5.4.6 如能就上述工作中的熱壓力風險因素採取相應的預防措施，可避免增加每小時休息時間的需要。

5.5 綜合計算需增加或減少的休息時間

5.5.1 僱主若採取各種有效的防暑措施減低酷熱天氣對僱員構成的熱壓力，並有效避免或控制其他工作中的熱壓力風險因素，可減少每小時所需的休息時間。僱主應根據風險評估內容，將可減少或需增加每小時休息時間的各項因素記錄如下，從而綜合計算出員工每小時的休息時間需如何調整。

可減少休息時間的情況	**調整每小時的休息時間**
☐ 於室內環境工作，或已設置遮蔭設施（例如上蓋 / 遮擋陽光的遮蔽處）	☐ –15 分鐘
☐ 已提供加強散熱的設備（例如吹風機 / 噴霧風扇 / 便攜式風扇，或含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣）	☐ –15 分鐘
需增加休息時間的情況 †	
☐ 工作位置附近存在熱源 / 發熱的設備，並且欠缺有效設施隔離熱力或抽走熱氣 / 濕氣	☐ +15 分鐘
☐ 工作位置缺乏良好的自然通風，並且沒有設置有效的通風設備	☐ +15 分鐘
☐ 在工作時需穿著不透氣的保護衣	☐ +15 分鐘
休息時間的調整	**增加 / 減少 * _____ 分鐘**

† 若能如5.4.6段所述就有關的熱壓力風險因素採取相應的預防措施，可避免增加每小時休息時間的需要。

* 請刪去不適用者

5.5.2 僱主可基於**附錄四**所建議的每小時休息時間及根據以上綜合各因素得出所需調整的休息時間，計算出員工在不同工作暑熱警告下實際所需的每小時休息時間。

因應員工的勞動量在不同工作暑熱警告生效時的休息時間			
員工職位：_____ 工作性質：_____			
勞動量級別 **(見附錄一)**	警告級別	**調整前的** 每小時休息時間 **(見附錄四)**	**調整後的** 每小時休息時間 ‡
☐ 極重勞動 ☐ 重勞動 ☐ 中等勞動 ☐ 輕勞動	**黃色工作暑熱警告**	_____ 分鐘	_____ 分鐘
	紅色工作暑熱警告	_____ 分鐘	_____ 分鐘
	黑色工作暑熱警告	_____ 分鐘	_____ 分鐘
是否有員工**未適應 / 需重新適應**在酷熱天氣下或高溫環境中工作？		☐ 是：按以上經調整每小時的休息時間給有關員工**額外增加 15 分鐘休息**	
		☐ 否	

‡ 當經調整後每小時的休息時間為零或負數時，僱主仍應安排員工按4.7.1段每工作兩小時，休息10至15分鐘。

5.5.3 僱主應預早就不同工作暑熱警告級別，為相關的不同類別的員工訂明每小時的工作和休息安排，以便在工作暑熱警告生效時，有序作出所需的安排。僱主可因應工作的特定情況和需要，靈活安排僱員每小時的休息時間；例如分開僱員於每小時的不同時段休息，或在合共不少於每小時所需的休息時間的前提下，於每小時安排間斷而非連續的休息時間。這樣既可減低僱員中暑的風險，亦可儘量減少對整體工作流程和進度的影響。

5.5.4 若僱主在採取各種有效的防暑措施後，員工經調整後的每小時休息時間為零分鐘時，僱主仍需按4.7.1段的建議，安排輕至中等勞動的員工每工作2小時至少有10分鐘的休息，而重至極重勞動的員工每工作2小時至少有15分鐘的休息，讓他們可稍作歇息、喝水，並讓身體降溫。

5.5.5 除了為僱員訂定合適的工作和休息時間，僱主亦須確保員工遵守有關的休息安排。僱員方面則應遵照指示按時休息，避免為了提早完成工作而省卻休息時間。僱主和僱員需齊心協力，互相配合，才能有效預防在工作時中暑。

6. 熱疾病辨識及處理

熱疾病（包括熱痙攣、熱暈厥、熱衰竭和中暑）是當處於炎熱天氣或高溫環境下調節體溫的生理機能不勝負荷時所導致的不同程度的健康損害和症狀。要避免僱員在酷熱環境下工作時出現熱疾病，僱主和僱員應採取適當的防暑措施。

6.1 及早識別熱疾病

中暑可以迅速發生並危害生命，僱主應為僱員提供與熱疾病相關的資料和訓練，並安排定期演練，讓員工能儘早識別相關的徵狀，即時作出適當的處理。

一些顯示僱員可能出現熱疾病的徵狀包括：

- 疲倦
- 頭暈、頭痛
- 口渴
- 噁心、嘔吐
- 體溫上升
- 呼吸急促、呼吸困難
- 心悸、脈搏急促而微弱
- 局部肌肉痙攣、疼痛（尤見於足部及腹部），嚴重的可能出現全身痙攣
- *皮膚濕冷、大量出汗及面色蒼白（常見於熱衰竭）
- *皮膚乾燥、潮紅、發熱及無汗（常見於中暑）
- 神志不清甚至昏迷

* 熱疾病的徵狀因人而異，不應單憑病患員工是否大量出汗或無汗作為斷定中暑及決定應否施行急救處理的準則。一般而言，如僱員長時間在酷熱環境下工作或進行大量體力活動，便有機會中暑，若出現上述相關的徵狀時，應儘快尋求協助及讓不適的員工降溫，並根據員工的實際情況，作出適當的急救處理。

6.2 熱疾病的急救處理

中暑可以迅速出現並惡化，所以必須對病患員工施行初步急救，而首要任務就是為他降低身體的溫度，直至情況好轉或救護人員到達。

處理方法

- 立即通知主管，跟從機構既定的緊急應變措施採取行動，並尋求同事及醫療人員幫助
- 應儘快將病患員工移往陰涼及通風良好的地方坐下或躺下
- 評估病患員工的清醒程度以作出適當的急救處理

註：在作出初步評估後，仍要密切注意病患員工身體狀況是否出現惡化。

檢查清醒程度

完全清醒

- 眼睛開合自如；
- 言語有條理，可以清楚回答問題例如人物、地點及時間

不完全清醒

- 眼睛被聲音刺激而張開或無反應；或
- 言語紊亂或不能回答自己的名字、地點或時間；或
- 對任何刺激全無反應

急救處理

完全清醒

- 儘快為病患員工降溫：
  - ◎ 將病患員工置於陰涼的地方或有冷氣的地方
  - ◎ 鬆開或適量除去員工的衣服
  - ◎ 向其灑水，再用扇或電風扇協助揮發水分，降低體溫
  - ◎ 用濕有冷水的海綿／毛巾持續抹身降溫
  - ◎ 在兩邊腋下及腹股溝放置濕有冷水的海綿／毛巾有助降溫
  - ◎ 給予清涼飲用水或電解質飲料
- 要持續注意病患員工對降溫的反應，若出現震顫，應立即停止並遮蓋員工身體以作保暖
- 為員工降溫直至情況好轉或救護員到達

不完全清醒

- 檢查及確保「氣道暢通」，維持「呼吸」和「血液循環」並同時儘快為病患員工降溫：
  - ◎ 將病患員工置於陰涼的地方或有冷氣的地方
  - ◎ 鬆開或適量除去員工的衣服
  - ◎ 向其灑水，再用扇或電風扇協助揮發水分，降低體溫
  - ◎ 用濕有冷水的海綿／毛巾持續抹身降溫
  - ◎ 在兩邊腋下及腹股溝放置濕有冷水的海綿／毛巾有助降溫
  - ◎ **切勿給予飲料**
- 如病患者不省人事，應將他置於復原臥式（圖一），並繼續檢查他的呼吸和脈搏及為他降溫直至救護員到達
- 要持續注意病患員工對降溫的反應，若出現震顫，應立即停止降溫並遮蓋員工身體以作保暖
- 如病患員工心跳停頓，應儘快施行心肺復甦法
- 儘速送院

圖一：復原臥式

如病患員工不省人事，但有呼吸而脊椎沒有受傷，應將他擺放置復原臥式以防止病患員工舌頭後墮，阻塞呼吸道，同時亦方便口腔內的分泌或嘔吐物從口中流出，減低氣道阻塞或吸入性肺炎的危險。

僱員應熟悉工作地點的急救事宜和緊急行動計劃，並定期進行演練，以提升對患上熱疾病員工進行初步急救的能力，從而減少員工受傷或死亡的風險。

急救訓練

有關資訊可向一些提供急救證書課程訓練的機構查詢，例如：

香港聖約翰救護機構 www.stjohn.org.hk

香港紅十字會 www.redcross.org.hk

醫療輔助隊 www.ams.gov.hk

職業安全健康局 www.oshc.org.hk

6.3 工傷呈報

《僱員補償條例》訂明，如任何意外引致僱員受傷或死亡，僱主必須在意外發生後在規定的期限內向勞工處處長呈報（詳情見**附錄五**）。中暑是當處於炎熱天氣或高溫環境下調節體溫的生理機能不勝負荷時所導致的健康損害。因此，僱員在炎熱環境下工作時意外中暑，會視作工傷處理。

7. 資料、指導、訓練及監督

根據《職業安全及健康條例》（第509章）第6條，僱主須在合理地切實可行範圍內，確保所有在工作中的僱員的安全及健康，包括提供所需的資料、指導、訓練及監督。

7.1 提供資料、指導及訓練

7.1.1 預防是避免僱員中暑的最重要方法。僱主應向員工提供有關預防中暑的資料、指導和訓練，內容應包括以下：

- 認識酷熱環境工作的潛在危險；
- 熱壓力的風險因素及相關的預防措施，包括就有關僱員工作的風險評估結果和相應所需的預防措施；
- 適時補充水分的方法；
- 辨識中暑的徵兆和症狀；及
- 身體感到不適時的求助程序等。

7.1.2 僱主亦應為工作地點的安全管理人員（例如工頭、工地主管、工廠經理或安全主管）提供相關的培訓，確保他們對有關預防員工工作時的熱疾病有充分的認識，內容應包括以下：

- 相關的法例和責任；
- 熱壓力的風險評估方法；
- 監測酷熱工作環境的風險因素；
- 勞動量與中暑的風險；
- 個人因素與中暑的風險；
- 緊急應變措施；及
- 中暑的急救程序等。

7.2 監督及安全管理制度

7.2.1 工作環境的酷熱情況可能會迅速變化，因此工作地點的管理人員適當地調整熱壓力的控制措施對於預防僱員中暑至關重要。他們應負責在工作日期間監測工作環境的酷熱情況，包括密切留意「工作暑熱警告」的狀況，並負責實施和監督僱主因應風險評估而預先擬定的預防及控制措施。

7.2.2 在理想情況下，負責監督執行預防及控制措施的人員應身在員工工作的現場。然而，在一些勞動力分佈廣泛的行業中，例如郵差或速遞行業，現場監控可能並非合理地切實可行。因此，這類員工本身應接受較全面培訓，瞭解與負責人聯繫及取得指示的正確管道，並在有任何增加熱壓力的不利條件或出現熱疾病相關的徵狀時，及時向主管報告。

7.2.3 請注意第5章所建議的休息安排不適用於因生產工序、人身財產安全或公眾利益等而需要緊急處理或持續進行的工作（例如滅火、緊急救援或搶修工作），因此相關僱主／負責人應為從事這些工作的員工預先擬定所需的控制措施，預防在進行有關工作時中暑。

7.2.4 由於各行各業不同職位的工作環境和需要不盡相同，員工面對的熱壓力的情況亦各異，僱主及僱員應以共同協商的原則，共同訂定合理及可行的預防措施和方案。一般而言，在機構中的安全管理制度下的安全委員會是合適的平臺讓僱主及僱員可以共同協商、提出建議及優化熱壓力的防控措施。

工作勞動量的分類和例子 [5]

工作勞動量可按僱員通常進行的工作作出評估，並可將各種活動歸類，評定主要的勞動量。如僱員進行不同勞動量的工作時間相若，則以較高勞動量級別作為制定預防措施的考慮基礎。

級別	例子
休息	• 休息、放鬆地坐著
輕勞動	• 坐著或站立時使用手臂和腿部進行輕鬆的活動 – 書寫、打字、繪畫、縫紉等工作 – 駕駛一般車輛、操作腳踏開關等工作 – 檢查、分類、小型組裝等工作 – 操控小型電動工具或機械作鑽孔或鋸木等的工作 • 在平路上步行時(約每小時2公里）進行輕巧的工作 行業例子： 保安員(包括指揮交通)、物業管理員、司機、倉務 / 物流文員、門僮、導遊、侍應、推銷員、調查訪問員、電訊技術員、電子技工、工程檢查員等
中等勞動	• 持續使用手部的活動或使用手、腳和身體軀幹的活動 – 以手動工具作切割、錘釘、刨鋸、磨光及擦亮等工作 – 操作風炮、進行泥水批盪或鋪砌磚瓦等工作 – 在崎嶇地面上操控貨車、拖拉機或建築機器等工作 – 除草、鋤地、採摘蔬果等工作 – 上落貨物、推動或拉動輕型手推車等工作 • 在平路上行走（約每小時2.5至5公里）、在不平坦的路面行走（約每小時2.5至3公里）或步行（約每小時少於2.5公里）上斜坡（≤5%） 行業例子： 廚師、清潔工、滅蟲工人、園藝工人、回收業工人、貨櫃操作員、送貨工人、郵政 / 速遞人員、倉務/理貨員、升降機 / 自動梯技工、汽車維修技工、噴漆工人、飛機維修技工、建造機械技術員、電機工程技術員、屋宇設備技術員、測量技術員、裝修工人、索具工(叻㗎)、焊接 / 火焰切割工人、水喉匠、瀝青工、起重機操作員、挖掘機操作員等
重勞動	• 強烈地運用手臂和身體軀幹操作手動工具或機器的活動或搬運重物 – 挖鏟或錘鑿等工作 – 混和、澆置及使用震搗機搗實混凝土等工作 – 推動或拉動負載重物的手推車或單輪車等工作 • 在平路上急步行走（約每小時5.5至7公里）或在不平坦 / 不規則的路面上快步行走（約每小時3.5至5公里） • 行走（約每小時2.5至3公里）上斜坡（≤5%）（負重不多於10公斤的物件） 行業例子： 結構鋼架裝嵌工人、搬運工人、釘板工人、混凝土及灌漿工人、清拆工人等
極重勞動	• 極急速地進行重勞動的活動 – 急速地進行挖鏟或錘鑿等工作 – 連續地搬運或紮穩鋼筋等重物的工作 • 在平路上急步行走（約每小時多於7公里）或在不平坦 / 不規則的路面上急步行走（約每小時多於5公里） • 在斜路（≥5%）或樓梯向上快步行走（約每小時多於3公里） • 跑步（約每小時多於6公里） 行業例子： 紮鐵工人、棚架工人、正接受體能訓練的僱員等

註：上述的行業例子是基於個別職業一般工作情況而判斷，僅供參考。僱主須在風險評估時按員工的實際工作性質而作出合理的判斷。

[5] BS EN ISO 8996:2021 Ergonomics of the thermal environment — Determination of metabolic rate，中華人民共和國國家職業衛生標準 GBZ 2.2—2007 工作場所有害因素職業接觸限值 第2 部分：物理因素

附錄二

工作地點熱壓力風險評估表格（範本）

（請在適當的方格加上“✓”號）

機構 / 部門名稱：_____

工　作　地　點：_____

工　作　內　容：_____

從事這項工作的員工數目：_____

（一）評估部分：

評估事項	是	否	可採取的控制措施
環境因素			
1. 員工是否需要在炎熱天氣下或高溫環境中工作？	☐	☐	☐ 輕至中等勞動的員工每工作2小時獲安排至少10分鐘休息；重至極重勞動的員工每工作2小時獲安排至少15分鐘休息（若在工作暑熱警告生效時按本表格第二部分建議而獲安排更多休息時間的員工除外）； ☐ 將戶外露天及 / 或高勞動量的工作重新編排至較清涼時段及 / 或較清涼的地點進行； ☐ 安排員工交替在較熱和較清涼的環境下工作； ☐ 其他：_____
2. 員工是否需要在戶外工作並受陽光直接照射下工作？	☐	☐	☐ 在工作位置設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處（例如架起太陽傘）； ☐ 為員工提供防曬裝備 / 用品，例如闊邊帽 / 配有頸擋的安全帽及防曬手袖； ☐ 其他：_____
3. 工作位置附近是否存在熱源 / 發熱的設備？	☐	☐	☐ 在工作位置設置合適的屏障或隔離發熱的設備； ☐ 為員工提供隔熱保護裝備（例如熱輻射防護頭罩）； ☐ 其他：_____
4. 工作位置是否缺乏良好的自然通風並且沒有設置有效的通風設備？	☐	☐	☐ 使用有效的通風設備，以增加空氣流通； ☐ 使用有效的抽風設備，以抽走工作地點的熱空氣或濕氣； ☐ 其他：_____
5. 員工工作的位置 / 情況是否需要透過加强空氣流動或其他方法，增加散熱？	☐	☐	☐ 為員工提供吹風機、噴霧風扇或便攜式風扇等設備，增加散熱； ☐ 為員工提供含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣； ☐ 其他：_____

工作因素			
6. 員工工作的勞動量是否沉重？	☐	☐	☐ 使用機械輔助設備或合力提舉等措施減低員工的體力需求和工作勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
7. 員工是否需長時間或急速地從事重勞動量的工作？	☐	☐	☐ 優化工作的安排或由不同員工輪替工作，以減低員工工作的速率及勞動量；［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
8. 員工工作時是否需要穿著不透氣的衣物？	☐	☐	☐ 讓員工穿著薄身而透氣的衣物； ☐ 將涉及穿著不透氣保護衣的工序安排至較涼的時段進行； ☐ 向穿著不透氣保護衣的員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣，以減低員工的熱壓力； ☐ 其他：_____
個人因素			
9. 員工在工作時是否面對任何上述源於環境或工作的熱壓力風險因素？	☐	☐	☐ 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； ☐ 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； ☐ 為員工提供足夠的飲用水，而員工可在不多於10分鐘的步行時間取得所需的飲用水； ☐ 其他：_____
10. 是否有員工未適應／需重新適應在酷熱天氣下或高溫環境中工作？	☐	☐	☐ 為有關員工擬定熱適應期的工作安排； ☐ 為有關員工安排額外的休息時間； ☐ 其他：_____

其他	
風險因素： _____ _____ _____	控制措施： _____ _____ _____

（二）評估工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間：

僱主應參照**附錄四**的工作和休息安排，並根據以上第（一）部分的評估內容，將可增加或減少每小時的休息時間的各項因素記錄如下，從而綜合計算員工在工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間。

可減少休息時間的情況	**調整每小時的休息時間**
☐ 於室內環境工作，或已設置遮蔭設施（例如上蓋 / 遮擋陽光的遮蔽處）	☐ –15 分鐘
☐ 已提供加強散熱的設備（例如吹風機 / 噴霧風扇 / 便攜式風扇，或含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣）	☐ –15 分鐘
需增加休息時間的情況	
☐ 工作位置附近存在熱源 / 發熱的設備，並且欠缺有效設施隔離熱力或抽走熱氣 / 濕氣	☐ +15 分鐘
☐ 工作位置缺乏良好的自然通風，並且沒有設置有效的通風設備	☐ +15 分鐘
☐ 在工作時需穿著不透氣的保護衣	☐ +15 分鐘
休息時間的調整	**增加 / 減少 * _____ 分鐘**

* 請刪去不適用者

因應員工的勞動量在不同工作暑熱警告生效時的休息時間			
員工職位：_____ 工作性質：_____			
勞動量級別 # **（見附錄一）**	警告級別	**調整前的** 每小時休息時間 **（見附錄四）**	**調整後的** 每小時休息時間 ‡
☐ 極重勞動 ☐ 重勞動 ☐ 中等勞動 ☐ 輕勞動	**黃色工作暑熱警告**	_____ 分鐘	_____ 分鐘
	紅色工作暑熱警告	_____ 分鐘	_____ 分鐘
	黑色工作暑熱警告	_____ 分鐘	_____ 分鐘
是否有員工**未適應 / 需重新適應**在酷熱天氣下或高溫環境中工作？		☐ 是：按以上經調整每小時的休息時間給有關員工**額外增加 15 分鐘休息**	
		☐ 否	

透過使用合適的機械輔助工具、調整工作模式和優化工作安排等減低勞動量措施後的工作勞動量級別。

‡ 當經調整後每小時的休息時間為零或負數時，僱主仍應安排員工按4.7.1段每工作兩小時，休息10至15分鐘。

（三）跟進事項：

根據風險評估可採取但尚未實施 / 完成的控制措施跟進如下：

評估事項 / 編號	相應控制措施	預算完成日期

註：若實施上述的相應控制措施後會改變員工調整後的休息時間時，僱主應更新本風險評估表。

（四）緊急應變計劃：

僱主 / 負責人應採取下列緊急應變措施，確保僱員在酷熱環境下工作能得到及時的支援和 / 或救助。

緊急應變措施	備註

（五）備存評估紀錄：

僱主應備存本評估紀錄，並將評估結果向員工說明及作出適當的指示，確保員工在工作暑熱警告生效時，按照上述的評估結果，每小時作適當的休息，儘量減低工作時的熱壓力。

評估人簽署：_____

評估人姓名：_____

評估人職位：_____

評 估 日 期：_____

工作地點熱壓力風險評估表格（例子一）

（請在適當的方格加上“✓”號）

機構／部門名稱：ＸＸＸ清潔服務有限公司

工　作　地　點：中西區街道

工　作　內　容：街道清潔（掃街、執包頭）

從事這項工作的員工數目：20人

（一）評估部分：

評估事項	是	否	可採取的控制措施
環境因素			
1. 員工是否需要在炎熱天氣下或高溫環境中工作？	☑	☐	☑ 輕至中等勞動的員工每工作2小時獲安排至少10分鐘休息；重至極重勞動的員工每工作2小時獲安排至少15分鐘休息（若在工作暑熱警告生效時按本表格第二部分建議而獲安排更多休息時間的員工除外）； ☐ 將戶外露天及／或高勞動量的工作重新編排至較清涼時段及／或較清涼的地點進行； ☐ 安排員工交替在較熱和較清涼的環境下工作； ☑ 其他：安排在清晨掃斜路和石級路
2. 員工是否需要在戶外工作並受陽光直接照射下工作？	☑	☐	☐ 在工作位置設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處（例如架起太陽傘）； ☑ 為員工提供防曬裝備／用品，例如闊邊帽／配有頸擋的安全帽及防曬手袖； ☐ 其他：
3. 工作位置附近是否存在熱源／發熱的設備？	☐	☑	☐ 在工作位置設置合適的屏障或隔離發熱的設備； ☐ 為員工提供隔熱保護裝備（例如熱輻射防護頭罩）； ☐ 其他：
4. 工作位置是否缺乏良好的自然通風並且沒有設置有效的通風設備？	☐	☑	☐ 使用有效的通風設備，以增加空氣流通； ☐ 使用有效的抽風設備，以抽走工作地點的熱空氣或濕氣； ☐ 其他：
5. 員工工作的位置／情況是否需要透過加强空氣流動或其他方法，增加散熱？	☑	☐	☑ 為員工提供吹風機、噴霧風扇或便攜式風扇等設備，增加散熱； ☐ 為員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣； ☐ 其他：

工作因素			
6. 員工工作的勞動量是否沉重？	☑	☐	☐ 使用機械輔助設備或合力提舉等措施減低員工的體力需求和工作勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☑ 其他：提供手推車以減低所需的體力勞動
7. 員工是否需長時間或急速地從事重勞動量的工作？	☐	☑	☐ 優化工作的安排或由不同員工輪替工作，以減低員工工作的速率及勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
8. 員工工作時是否需要穿著不透氣的衣物？	☐	☑	☑ 讓員工穿著薄身而透氣的衣物； ☐ 將涉及穿著不透氣保護衣的工序安排至較涼的時段進行； ☐ 向穿著不透氣保護衣的員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣，以減低員工的熱壓力； ☐ 其他：_____
個人因素			
9. 員工在工作時是否面對任何上述源於環境或工作的熱壓力風險因素？	☑	☐	☑ 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； ☑ 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； ☐ 為員工提供足夠的飲用水，而員工可在不多於10分鐘的步行時間取得所需的飲用水； ☑ 其他：指示開工前於站內補給足夠飲用水；並在有需要時向主管求助
10. 是否有員工未適應／需重新適應在酷熱天氣下或高溫環境中工作？	☐	☑	☐ 為有關員工擬定熱適應期的工作安排； ☐ 為有關員工安排額外的休息時間； ☐ 其他：_____

其他	
風險因素：	控制措施：

（二）評估工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間：

僱主應參照**附錄四**的工作和休息安排，並根據以上第（一）部分的評估內容，將可增加或減少每小時的休息時間的各項因素記錄如下，從而綜合計算員工在工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間。

可減少休息時間的情況	調整每小時的休息時間
☐ 於室內環境工作，或已設置遮蔭設施（例如上蓋 / 遮擋陽光的遮蔽處）	☐ –15 分鐘
☑ 已提供加強散熱的設備（例如吹風機 / 噴霧風扇 / 便攜式風扇，或含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣）	☑ –15 分鐘
需增加休息時間的情況	
☐ 工作位置附近存在熱源 / 發熱的設備，並且欠缺有效設施隔離熱力或抽走熱氣 / 濕氣	☐ +15 分鐘
☐ 工作位置缺乏良好的自然通風，並且沒有設置有效的通風設備	☐ +15 分鐘
☐ 在工作時需穿著不透氣的保護衣	☐ +15 分鐘
休息時間的調整	**增加 / 減少 *** 15 **分鐘**

* 請刪去不適用者

因應員工的勞動量在不同工作暑熱警告生效時的休息時間			
員工職位：清潔工 工作性質：街道清潔（掃街、執包頭）			
勞動量級別 # **（見附錄一）**	警告級別	**調整前的** 每小時休息時間 **（見附錄四）**	**調整後的** 每小時休息時間 ‡
☐ 極重勞動 ☐ 重勞動 ☑ 中等勞動 ☐ 輕勞動	**黃色工作暑熱警告**	15 分鐘	0 分鐘
	紅色工作暑熱警告	30 分鐘	15 分鐘
	黑色工作暑熱警告	45 分鐘	30 分鐘
是否有員工**未適應 / 需重新適應**在酷熱天氣下或高溫環境中工作？		☐ 是：按以上經調整每小時的休息時間給有關員工**額外增加 15 分鐘休息**	
		☑ 否	

透過使用合適的機械輔助工具、調整工作模式和優化工作安排等減低勞動量措施後的工作勞動量級別。

‡ 當經調整後每小時的休息時間為零或負數時，僱主仍應安排員工按4.7.1段每工作兩小時，休息10至15分鐘。

（三）跟進事項：

根據風險評估可採取但尚未實施 / 完成的控制措施跟進如下：

評估事項 / 編號	相應控制措施	預算完成日期
1	– 安排在清晨掃斜路和石級路	已實施
2	– 提供闊邊帽	已實施
5	– 提供便攜式風扇	已實施
6	– 提供手推車	已實施
9	– 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； – 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； – 指示開工前於站內補給足夠飲用水；並在有需要時向主管求助。	2023/04/02

註：若實施上述的相應控制措施後會改變員工調整後的休息時間時，僱主應更新本風險評估表。

（四）緊急應變計劃：

僱主 / 負責人應採取下列緊急應變措施，確保僱員在酷熱環境下工作能得到及時的支援和 / 或救助。

緊急應變措施	備註
員工出現頭暈等情況	致電救護站
天氣熱，員工表示需要更多飲用水	運送水到工作地點

（五）備存評估紀錄：

僱主應備存本評估紀錄，並將評估結果向員工說明及作出適當的指示，確保員工在工作暑熱警告生效時，按照上述的評估結果，每小時作適當的休息，儘量減低工作時的熱壓力。

評估人簽署：XXX

評估人姓名：陳大文

評估人職位：項目經理

評 估 日 期：2023/4/1

工作地點熱壓力風險評估表格（例子二）

（請在適當的方格加上“✓”號）

機構／部門名稱：ＸＸＸ清潔服務有限公司

工　作　地　點：ＡＡ苑（一至十二座），每座30層

工　作　內　容：一早一晚使用660L手推車倒垃圾

從事這項工作的員工數目：12人

（一）評估部分：

評估事項	是	否	可採取的控制措施
環境因素			
1. 員工是否需要在炎熱天氣下或高溫環境中工作？	☑	☐	☑ 輕至中等勞動的員工每工作2小時獲安排至少10分鐘休息；重至極重勞動的員工每工作2小時獲安排至少15分鐘休息（若在工作暑熱警告生效時按本表格第二部分建議而獲安排更多休息時間的員工除外）； ☑ 將戶外露天及／或高勞動量的工作重新編排至較清涼時段及／或較清涼的地點進行； ☐ 安排員工交替在較熱和較清涼的環境下工作； ☐ 其他：_____
2. 員工是否需要在戶外工作並受陽光直接照射下工作？	☐	☑	☐ 在工作位置設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處（例如架起太陽傘）； ☐ 為員工提供防曬裝備／用品，例如闊邊帽／配有頸擋的安全帽及防曬手袖； ☐ 其他：_____
3. 工作位置附近是否存在熱源／發熱的設備？	☐	☑	☐ 在工作位置設置合適的屏障或隔離發熱的設備； ☐ 為員工提供隔熱保護裝備（例如熱輻射防護頭罩）； ☐ 其他：_____
4. 工作位置是否缺乏良好的自然通風並且沒有設置有效的通風設備？	☑	☐	☐ 使用有效的通風設備，以增加空氣流通； ☐ 使用有效的抽風設備，以抽走工作地點的熱空氣或濕氣； ☐ 其他：_____
5. 員工工作的位置／情況是否需要透過加强空氣流動或其他方法，增加散熱？	☑	☐	☑ 為員工提供吹風機、噴霧風扇或便攜式風扇等設備，增加散熱； ☐ 為員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣； ☐ 其他：_____

工作因素			
6. 員工工作的勞動量是否沉重？	☑	☐	☐ 使用機械輔助設備或合力提舉等措施減低員工的體力需求和工作勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☑ 其他：定期檢查及保養660L手推車，確保車輪運作暢順
7. 員工是否需長時間或急速地從事重勞動量的工作？	☐	☑	☐ 優化工作的安排或由不同員工輪替工作，以減低員工工作的速率及勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
8. 員工工作時是否需要穿著不透氣的衣物？	☐	☑	☐ 讓員工穿著薄身而透氣的衣物； ☐ 將涉及穿著不透氣保護衣的工序安排至較涼的時段進行； ☐ 向穿著不透氣保護衣的員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣，以減低員工的熱壓力； ☐ 其他：_____
個人因素			
9. 員工在工作時是否面對任何上述源於環境或工作的熱壓力風險因素？	☑	☐	☑ 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； ☑ 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； ☑ 為員工提供足夠的飲用水，而員工可在不多於10分鐘的步行時間取得所需的飲用水； ☐ 其他：_____
10. 是否有員工未適應／需重新適應在酷熱天氣下或高溫環境中工作？	☐	☑	☐ 為有關員工擬定熱適應期的工作安排； ☐ 為有關員工安排額外的休息時間； ☐ 其他：_____

其他	
風險因素：	控制措施：

（二）評估工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間：

僱主應參照**附錄四**的工作和休息安排，並根據以上第（一）部分的評估內容，將可增加或減少每小時的休息時間的各項因素記錄如下，從而綜合計算員工在工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間。

可減少休息時間的情況	調整每小時的休息時間
☑ 於室內環境工作，或已設置遮蔭設施（例如上蓋 / 遮擋陽光的遮蔽處）	☑ –15 分鐘
☑ 已提供加強散熱的設備（例如吹風機 / 噴霧風扇 / 便攜式風扇，或含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣）	☑ –15 分鐘
需增加休息時間的情況	
☐ 工作位置附近存在熱源 / 發熱的設備，並且欠缺有效設施隔離熱力或抽走熱氣 / 濕氣	☐ +15 分鐘
☑ 工作位置缺乏良好的自然通風，並且沒有設置有效的通風設備	☑ +15 分鐘
☐ 在工作時需穿著不透氣的保護衣	☐ +15 分鐘
休息時間的調整	**~~增加~~ / 減少 *** 15 **分鐘**

* 請刪去不適用者

因應員工的勞動量在不同工作暑熱警告生效時的休息時間			
員工職位：清潔工 工作性質：屋苑倒垃圾			
勞動量級別 # **（見附錄一）**	警告級別	**調整前的** 每小時休息時間 **（見附錄四）**	**調整後的** 每小時休息時間 ‡
☐ 極重勞動 ☐ 重勞動 ☑ 中等勞動 ☐ 輕勞動	**黃色工作暑熱警告**	15 分鐘	0 分鐘
	紅色工作暑熱警告	30 分鐘	15 分鐘
	黑色工作暑熱警告	45 分鐘	30 分鐘
是否有員工**未適應 / 需重新適應**在酷熱天氣下或高溫環境中工作？		☐ 是：按以上經調整每小時的休息時間給有關員工**額外增加 15 分鐘休息**	
		☑ 否	

透過使用合適的機械輔助工具、調整工作模式和優化工作安排等減低勞動量措施後的工作勞動量級別。

‡ 當經調整後每小時的休息時間為零或負數時，僱主仍應安排員工按4.7.1段每工作兩小時，休息10至15分鐘。

（三）跟進事項：

根據風險評估可採取但尚未實施 / 完成的控制措施跟進如下：

評估事項 / 編號	相應控制措施	預算完成日期
5	– 為員工提供便攜式風扇	已實施
6	– 定期檢查及保養660L手推車，確保車輪運作暢順	2023/04/15
9	– 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； – 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； – 指示開工前於站內補給足夠飲用水；並在有需要時向主管求助。	2023/04/15

註：若實施上述的相應控制措施後會改變員工調整後的休息時間時，僱主應更新本風險評估表。

（四）緊急應變計劃：

僱主 / 負責人應採取下列緊急應變措施，確保僱員在酷熱環境下工作能得到及時的支援和 / 或救助。

緊急應變措施	備註
員工出現頭暈、頭痛、嘔心等懷疑熱疾病情況	致電救護站

（五）備存評估紀錄：

僱主應備存本評估紀錄，並將評估結果向員工說明及作出適當的指示，確保員工在工作暑熱警告生效時，按照上述的評估結果，每小時作適當的休息，儘量減低工作時的熱壓力。

評估人簽署：XXX

評估人姓名：陳大文

評估人職位：項目經理

評 估 日 期：2023/4/1

工作地點熱壓力風險評估表格（例子三）

（請在適當的方格加上“✓”號）

機構／部門名稱：ＡＢＣ工程有限公司

工　作　地　點：地段編號1104公營房屋地盤

工　作　內　容：紮鐵工人於天面紮鐵

從事這項工作的員工數目：20人

（一）評估部分：

評估事項	是	否	可採取的控制措施
環境因素			
1. 員工是否需要在炎熱天氣下或高溫環境中工作？	☑	☐	☑ 輕至中等勞動的員工每工作2小時獲安排至少10分鐘休息；重至極重勞動的員工每工作2小時獲安排至少15分鐘休息（若在工作暑熱警告生效時按本表格第二部分建議而獲安排更多休息時間的員工除外）； ☐ 將戶外露天及／或高勞動量的工作重新編排至較清涼時段及／或較清涼的地點進行； ☐ 安排員工交替在較熱和較清涼的環境下工作； ☐ 其他：_____
2. 員工是否需要在戶外工作並受陽光直接照射下工作？	☑	☐	☑ 在工作位置設置上蓋或遮擋陽光的遮蔽處（例如架起太陽傘）； ☑ 為員工提供防曬裝備／用品，例如闊邊帽／配有頸擋的安全帽及防曬手袖； ☐ 其他：_____
3. 工作位置附近是否存在熱源／發熱的設備？	☐	☑	☐ 在工作位置設置合適的屏障或隔離發熱的設備； ☐ 為員工提供隔熱保護裝備（例如熱輻射防護頭罩）； ☐ 其他：_____
4. 工作位置是否缺乏良好的自然通風並且沒有設置有效的通風設備？	☐	☑	☐ 使用有效的通風設備，以增加空氣流通； ☐ 使用有效的抽風設備，以抽走工作地點的熱空氣或濕氣； ☐ 其他：_____
5. 員工工作的位置／情況是否需要透過加强空氣流動或其他方法，增加散熱？	☑	☐	☑ 為員工提供吹風機、噴霧風扇或便攜式風扇等設備，增加散熱； ☐ 為員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣； ☐ 其他：_____

工作因素			
6. 員工工作的勞動量是否沉重？	☑	☐	☐ 使用機械輔助設備或合力提舉等措施減低員工的體力需求和工作勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
7. 員工是否需長時間或急速地從事重勞動量的工作？	☑	☐	☑ 優化工作的安排或由不同員工輪替工作，以減低員工工作的速率及勞動量［請於表格第（二）部分紀錄已減少的工作勞動量］； ☐ 其他：_____
8. 員工工作時是否需要穿著不透氣的衣物？	☐	☑	☑ 讓員工穿著薄身而透氣的衣物； ☐ 將涉及穿著不透氣保護衣的工序安排至較涼的時段進行； ☐ 向穿著不透氣保護衣的員工提供含冷凍包／製冷裝置的冷凍衣，以減低員工的熱壓力； ☐ 其他：_____
個人因素			
9. 員工在工作時是否面對任何上述源於環境或工作的熱壓力風險因素？	☑	☐	☑ 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施； ☑ 向員工提供有關熱疾病的資料、指導、訓練及監督； ☑ 為員工提供足夠的飲用水，而員工可在不多於10分鐘的步行時間取得所需的飲用水； ☐ 其他：_____
10. 是否有員工未適應／需重新適應在酷熱天氣下或高溫環境中工作？	☑	☐	☑ 為有關員工擬定熱適應期的工作安排； ☑ 為有關員工安排額外的休息時間； ☐ 其他：_____

其他	
風險因素： _____ _____ _____	控制措施： _____ _____ _____

（二）評估工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間：

僱主應參照**附錄四**的工作和休息安排，並根據以上第（一）部分的評估內容，將可增加或減少每小時的休息時間的各項因素記錄如下，從而綜合計算員工在工作暑熱警告生效時，員工所需的每小時休息時間。

可減少休息時間的情況	調整每小時的休息時間
☑ 於室內環境工作，或已設置遮蔭設施（例如上蓋 / 遮擋陽光的遮蔽處）	☑ –15 分鐘
☑ 已提供加強散熱的設備（例如吹風機 / 噴霧風扇 / 便攜式風扇，或含冷凍包 / 製冷裝置的冷凍衣）	☑ –15 分鐘
需增加休息時間的情況	
☐ 工作位置附近存在熱源 / 發熱的設備，並且欠缺有效設施隔離熱力或抽走熱氣 / 濕氣	☐ +15 分鐘
☐ 工作位置缺乏良好的自然通風，並且沒有設置有效的通風設備	☐ +15 分鐘
☐ 在工作時需穿著不透氣的保護衣	☐ +15 分鐘
休息時間的調整	**增加 / 減少 *** 30 **分鐘**

* 請刪去不適用者

因應員工的勞動量在不同工作暑熱警告生效時的休息時間			
員工職位：紮鐵工人 工作性質：紮鐵工人於天面紮鐵			
勞動量級別 # **（見附錄一）**	警告級別	**調整前的** 每小時休息時間 **（見附錄四）**	**調整後的** 每小時休息時間 ‡
☑ 極重勞動 ☐ 重勞動 ☐ 中等勞動 ☐ 輕勞動	**黃色工作暑熱警告**	45 分鐘	15 分鐘
	紅色工作暑熱警告	60 分鐘	30 分鐘
	黑色工作暑熱警告	60+15## 分鐘	45 分鐘
是否有員工**未適應 / 需重新適應**在酷熱天氣下或高溫環境中工作？		☑ 是：按以上經調整每小時的休息時間給有關員工**額外增加 15 分鐘休息**	
		☐ 否	

‡ 當經調整後每小時的休息時間為零或負數時，僱主仍應安排員工按4.7.1段每工作兩小時，休息10至15分鐘。

透過使用合適的機械輔助工具、調整工作模式和優化工作安排等減低勞動量措施後的工作勞動量級別。

此15分鐘休息時間修正是考慮極重勞動量與重勞動量的工作在黑色工作暑熱警告生效時之差別。

（三）跟進事項：

根據風險評估可採取但尚未實施 / 完成的控制措施跟進如下：

評估事項 / 編號	相應控制措施	預算完成日期
2	– 在工作位置設置太陽傘或遮光棚	即時
2	– 提供防曬裝備	2023/04/10
5	– 提供吹風機 – 為每個工人提供便攜式風扇 – 提供便攜式風扇後備電池和充電設施	已實施
6	– 提供輔助工具減低工人搬運的重量和距離	即時
7	– 安排員工輪替工作	即時
8	– 提供透氣快乾的工作服	已實施
9	– 通知員工風險評估的結果和相應所需的預防措施 – 提供預防中暑的資料、指導及訓練 – 提供地盤各飲用水取水點位置的資料	已實施及在新人入場工作前提供
9	– 在早會時間加強預防中暑的提示	2023/04/10及在炎熱日子重覆進行
9	– 在天面位置設置遮蔭棚和飲用水設施，方便工人適時補充水分。 – 在工人休息區內提供清涼飲用水供應	即時
9	– 安排在任何工作時間，地盤內都有充足飲用水供應	持續進行
10	– 擬定熱適應期的工作安排	即時

註：若實施上述的相應控制措施後會改變員工調整後的休息時間時，僱主應更新本風險評估表。

（四）緊急應變計劃：

僱主 / 負責人應採取下列緊急應變措施，確保僱員在酷熱環境下工作能得到及時的支援和 / 或救助。

緊急應變措施	備註
所有工人都得悉通知主管的方法，當身體感到不適時應可即時求助	
如工人有熱疾病的早期病徵，先檢查不適工人的清醒程度，再將不適工人移往陰涼處，幫助他降溫	安排駐場人員中有對熱疾病具初步急救的能力的人，並定期進行演練
如工人出現不完全清醒等情況，須立即致電救護站，並安排通道和協助救護員	

（五）備存評估紀錄：

僱主應備存本評估紀錄，並將評估結果向員工說明及作出適當的指示，確保員工在工作暑熱警告生效時，按照上述的評估結果，每小時作適當的休息，儘量減低工作時的熱壓力。

評估人簽署：XXX

評估人姓名：陳大文

評估人職位：安全主任

評 估 日 期：2023/4/1

工作暑熱警告生效時 戶外露天工作 每小時的休息安排
(假設在沒有採取任何防暑措施及沒有其他熱壓力風險因素的情況下 [1])

	每小時的工作和休息安排			
工作暑熱警告 \ 工作勞動量	輕勞動	中等勞動	重勞動	極重勞動
		工作45分鐘 休息15分鐘 (75% 工作； 25% 休息)	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)	工作15分鐘 休息45分鐘 (25% 工作； 75% 休息)
	工作45分鐘 休息15分鐘 (75% 工作； 25% 休息)	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)	工作15分鐘 休息45分鐘 (25% 工作； 75% 休息)	暫停工作
	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)	工作15分鐘 休息45分鐘 (25% 工作； 75% 休息)	暫停工作	暫停工作

註：

1. 僱主若**採取各種有效的防暑措施**減低酷熱天氣對僱員構成的熱壓力，並有效**避免或控制其他工作中的熱壓力風險因素**，可減少每小時所需的休息時間，反之亦然（請參考5.3章至5.5章）。

附錄四(a)

工作暑熱警告生效時 沒有空調的室內環境工作[1] 每小時的休息安排
(假設在沒有採取任何防暑措施及沒有其他熱壓力風險因素的情況下[2])

	每小時的工作和休息安排			
工作暑熱警告 \ 工作勞動量	輕勞動	中等勞動	重勞動	極重勞動
			工作45分鐘 休息15分鐘 (75% 工作； 25% 休息)	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)
		工作45分鐘 休息15分鐘 (75% 工作； 25% 休息)	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)	工作15分鐘 休息45分鐘 (25% 工作； 75% 休息)
	工作45分鐘 休息15分鐘 (75% 工作； 25% 休息)	工作30分鐘 休息30分鐘 (50% 工作； 50% 休息)	工作15分鐘 休息45分鐘 (25% 工作； 75% 休息)	暫停工作

註：

1. **沒有設置空調系統的室內工作環境**亦會因酷熱天氣而增加熱壓力風險，所以當工作暑熱警告生效時，同樣需因應高風險的情況安排相關僱員每小時休息。但由於室內可避免受陽光直接照射，因此相比在戶外露天環境進行同一勞動量工作每小時所需的休息時間可減少15分鐘（見5.2.2段和5.3.1段）。
2. 僱主若**採取各種有效的防暑措施**減低酷熱天氣對僱員構成的熱壓力，並有效**避免或控制其他工作中的熱壓力風險因素**，可減少每小時所需的休息時間，反之亦然（請參考5.3章至5.5章）。

工傷呈報指引

工傷意外

中暑是當處於炎熱天氣或高溫環境下生理機能不勝負荷時所導致的健康損害。因此，僱員在炎熱環境下工作時意外中暑，會視作工傷處理。

《僱員補償條例》訂明，僱員若在受僱工作期間因工遭遇意外以致受傷或死亡，僱主在一般情況下須負起條例下的補償責任。

僱員的責任

僱員遭遇工傷意外，應儘快向僱主報告，以免妨礙及延誤僱員補償事宜。報告可以口頭或書面方式向僱主或主管提交。若意外引致僱員死亡，而死亡地點是在僱主的處所，則僱主將被視為已接獲通知。

僱主的責任

《僱員補償條例》第15條規定，如任何意外引致僱員受傷或死亡，不論該意外是否引起任何支付補償的法律責任，僱主必須在意外發生後按期限以下列方式向勞工處處長呈報：

	導致	呈報期限	指定表格
工傷意外	喪失工作能力為期不超過3天	14天內	表格2B
	喪失工作能力為期超過3天	14天內	表格2
	死亡	7天內	

若僱主並非在上述期限內獲悉有關事件，則須於知悉事件後7天或14天內（視乎上述情況而定），向勞工處處長呈報。

如對《僱員補償條例》有任何疑問，請致電 2717 1771（此熱線由「1823」接聽）查詢。

其他與僱員補償事宜有關的刊物，已上載於勞工處網站
(網址: https://www.labour.gov.hk/tc/public/content2_7.htm)。

附錄六

工作暑熱警告訊息內容（範例）

（發出或更新）

勞工處提醒你：黃色 / 紅色 / 黑色 工作暑熱警告在今日 ____ 午 ____ 時 ____分生效，表示部分工作環境下的熱壓力 頗高 / 甚高 / 極高，請採取適當的防暑措施。

（以上訊息於 YYYY 年MM 月 DD 日 hh 時 mm 分發出）

（取消）

勞工處提醒你：工作暑熱警告在今日 ____午____ 時 ____ 分取消。

（以上訊息於 YYYY 年 MM 月 DD 日 hh 時 mm 分發出）

查詢及投訴

查詢

如你對本指引有任何疑問或想查詢職安健事宜，可與勞工處職業安全及健康部聯絡：

電話：2852 4041 或 2559 2297（非辦公時間設有自動錄音服務）

傳真：2581 2049

電子郵件：enquiry@labour.gov.hk

你也可在勞工處網站 https://www.labour.gov.hk 閱覽本處各項服務及主要勞工法例的資料，以及可透過勞工處「職安健 2.0」流動應用程式獲取最新的職安健資訊。如查詢職業安全健康局提供的服務詳情，請致電 2739 9000。

勞工處網站

「職安健 2.0」流動應用程式

投訴

如有任何關於工作地點的不安全作業模式或環境狀況的投訴，請致電勞工處職安健投訴熱線 2542 2172 或在勞工處網頁填寫並遞交網上職安健投訴表格。所有投訴均會絕對保密。

網上職安健投訴表格

勞工處出版
政府物流服務署印
4/2024-1-OHB133