



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau  
社區服務諮詢委員會  
Conselho Consultivo de Serviços Comunitários

## 中區社區服務諮詢委員會平常會議

### 議程前發言

蔡通

2023年8月2日

### 高溫工作，慎防高溫不適

現時正值炎熱夏季，陽光猛烈，天氣非常酷熱，近日氣溫更高達 38 度。高溫持續，戶外工作或室內高溫環境工作者，如環衛工人、外賣員、地盤工人、搬運工人等，若不提防則易因高溫而出現不適的情況，如熱痙攣（過熱導致四肢或腹部肌肉痙攣及疼痛）、熱暈厥（頭暈、昏厥）、熱衰竭（頭痛、大量出汗、噁心等）、中暑等。市民應提防因高溫出現的不適情況，做好預防措施，避免長時間暴露在酷熱天氣下或高溫環境，並做好安全措施。

針對以上情況，本人有以下幾點建議：

- 1、政府應制定專門的高溫工作安全指引，更好保障勞動權益。本澳現行的颱風、暴雨及特殊天氣情況下所採取措施，只針對最高氣溫達攝氏四十度或以上才實行，建議參考鄰近地區做法，針對酷熱天氣下或高溫環境中工作制定指引，提醒僱主及僱員採取適當措施，預防因高溫工作而出現不適情況。
- 2、政府及社會各界應加強高溫工作安全教育及宣傳，以專題網頁、圖文包、講座等線上線下形式，尤其向中暑高危行業加強推廣預防中暑知識和攻略，了解高溫危害、掌握高溫作業下的防護措施。
- 3、中暑高危行業應合理安排員工高溫工作時間，可從工作編排、借助工具、定時休息等方面做足預防措施。
- 4、高溫工作者應及時補充水分，隨身帶備防暑藥品及電解質飲品，慎防中暑。盡量穿著通爽、鬆身的衣服幫助散熱。一旦出現頭暈、噁心、口乾、胸悶等症狀，應立即到陰涼處休息。