

## 安全活動環境政策

### 主題：

1. 環境
  - a) 活動環境
  - b) 天氣 – 酷熱/ 雷暴/ 八號風球
2. 醫療人員
3. 急救設備
4. 醫療設施
5. 入院
6. 緊急行動計劃 – 潛在的嚴重受傷
7. 處理腦震蕩事件 – 識別及排除以及藍卡
8. 嚴重受傷及腦震蕩事件匯報

### 1. 環境

#### a) 活動環境

這包括比賽場地以及緊鄰的周邊地區。

障礙物、桿、塔架及廣告牌最好距離邊線 5 米。如無法移除障礙物，則必須對該等障礙物進行適當覆蓋以保護球員。

如比賽場地內有瀝青/塑膠跑道，則亦須進行適當覆蓋。

比賽場地應為草地、人造草地（符合國際欖球理事會規則第 22 條）、沙或粘土地。場地必須堅固且沒有危險，不得有石頭和玻璃。

如地表積水在球員處於昏迷狀態下會實際增加其溺水風險，則不得進行比賽。在場地存在地下水的的情況下是否可進行比賽應以常識為指引，並交由球證酌情決定。

比賽日安全檢查表（附錄一）應用於在每場比賽前完成風險評估。

#### b) 天氣狀況

##### 酷熱

研究尚未指出是否達到某特定溫度及/或濕度則不建議進行欖球比賽。

目前已指出**熱指數**是一種更好的用以測量熱壓力的方法，並考慮了各相對濕度下的空氣溫度。香港的**熱指數**可透過香港天文台獲得。

([https://www.hko.gov.hk/en/wxinfo/ts/display\\_element\\_hkhi.htm](https://www.hko.gov.hk/en/wxinfo/ts/display_element_hkhi.htm))

如果**熱指數** <32 度，則球員受到熱壓力的風險很小。

如果**熱指數** > 40 度，則球員可能面臨風險，除非採取降溫措施，否則不得進行比賽。

如果**熱指數** >51 度，則風險極大，應推遲比賽。

降溫措施包括：

- 在更衣室配備風扇
- 在球場邊配備遮蓋設施
- 將水和毛巾放置在冰水中，並擺放於場地旁供使用

- 定期休息以補充水分，例如半場內每 20 分鐘休息 2 分鐘
- 中場休息時間增加至 15 分鐘

### 雷暴/ 八號風球

如果附近出現閃電，則不得進行比賽。請瀏覽香港天文台 ([www.hko.gov.hk](http://www.hko.gov.hk)) 的天氣預報。

如懸掛 8 號風球或以上信號，則不得進行欖球比賽。

## 2. 醫務人員

舉行欖球比賽相關的醫務人員需求為：

- 比賽期間場地內應有合資格的急救員（體育急救（FIS）或同等資歷）。
- 如舉辦錦標賽，則每個球場至少應有兩名合資格的醫務人員（入院前急救等級二（體育））和兩名合資格的急救員（FIS 或同等資歷）。

## 3. 急救設備

建議將以下設備作為最低要求（並非詳盡無遺）。

可用設備的數量及類型應取決於使用設備的人員的資格。

- 急救包（附錄二）
- 療傷用冰
- 電話
- 緊急行動計劃副本（包括緊急車輛通道）

如有存儲空間，則強烈建議儲備以下物品。由於某些康文署設施內不允許存放該等設備，因此毋須視以下設施為最低要求。

- 配有 4 條綁帶的脊椎板
- 頸圈和頭枕
- 自動體外除顫器 (AED)，或了解其在設施內的儲存位置

## 4. 醫療設施

每個場地都應該配備一個醫療帳篷或醫療站，並且應該專用於此目的。應將其設於賽場和救護車均易於到達的地點，以便將傷患送至醫院。如使用多個場地，則醫療站應位於中心位置，以供所有場地及緊急車輛使用。

## 5. 入院

如沒有救護車待命，撥打 999 聯絡的政府救護車作為緊急車輛應可暢順地進入球場。理想情況是賽場上已配備救護車（如聖約翰救護車）。

如涉及脊柱受傷個案，外傷科及脊柱科須在 1 小時或以內到達，而對於其他創傷，相關醫療隊伍必須在 1 小時內到達。

香港所有主要政府醫院均設有外傷科。附錄三列載了香港設有急症室的政府及私立醫院。

請注意，即使傷患購買了私立醫療保險，香港的救護車只會將病人送至政府醫院，而不會送至私立醫院。

## 6. 緊急行動計劃 – 潛在的嚴重受傷

每一團隊在每個賽季的都必須制定緊急行動計劃。該文件應便於所有急救人員和團隊管理人員查閱。

該文件應包含以下資訊：

- 設施的佈局及如何進入該設施
- 可用設備（例如設施內 AED 的存放位置）
- 內部和外部支援人員的姓名及聯繫方式
- 溝通需要
- 跟進嚴重受傷事件（如必要）

## 7. 處理腦震盪事件

香港的所有社區欖球項目及賽事（包括超級聯賽）應對所有疑似或確診腦震盪事件使用「識別及排除」政策。

### a) 識別及排除政策

[https://www.hkrugby.com/user\\_uploads/Concussion-6Rs.pdf](https://www.hkrugby.com/user_uploads/Concussion-6Rs.pdf)

### b) 藍卡政策

[https://www.hkrugby.com/user\\_uploads/Blue-Card-Concussion-Protocol.pdf](https://www.hkrugby.com/user_uploads/Blue-Card-Concussion-Protocol.pdf)

### c) 國際欖球理事會腦震盪事件處理指引

[https://www.hkrugby.com/user\\_uploads/World-Rugby-Concussion-Guidance.pdf](https://www.hkrugby.com/user_uploads/World-Rugby-Concussion-Guidance.pdf)

## 8. 嚴重受傷及腦震盪事件匯報

嚴重受傷的定義為任何需動用救護車或需轉移至急症室的傷害。所有嚴重受傷及腦震盪事件（包括疑似腦震盪事件）均應透過線上傷害報告表向欖總匯報

(<https://www.hkrugby.com/forms/injury-report>)

## 附錄一 – 比賽日安全檢查表

此檢查表屬風險管理工具，應在每個比賽日之前填妥。該檢查表乃聯合業餘體育義工共同設計，以幫助識別比賽日當天存在的風險，並採取措施防止場地內的球員及其他人士受傷。請注意，此檢查表並未識別所有風險。請利用自身的經驗，主動識別可能存在的任何其他風險。

球會/ 學校/ 球隊：

場地：

日期：

天氣：

- 比賽開始時的天氣狀況是否安全？考慮極度酷熱、暴雨、霧、閃電及冰雹天氣。是/否
- 熱指數是否 >40 度？是/否。
- 如是，是否已採取降溫措施？是/否

活動場地

- 地面和周圍是否沒有可能造成受傷風險的碎屑？是/否
- 一切危險物件（例如噴水頭、水龍頭、板球場等）是否已被覆蓋並與周圍齊平？是/否
- 地面上是否沒有可能導致絆倒和跌倒的孔洞或不平整部分？是/否
- 在開始比賽/訓練之前，門柱墊是否已牢固放妥？是/否
- 比賽場地是否已用繩索圍起或以半徑為 5 米的空地包圍起來？是/否
- 比賽場地邊界是否與邊線保持安全距離（在可行的情況下至少為 5 米），以及是否已移除或充分覆蓋障礙物以防止受傷？是/否
- 所有桌子、椅子、帳篷等是否與邊線保持安全距離（不少於 5 米）並安全放妥？是/否
- 是否已按比賽規則對場地進行正確標記？是/否

醫療需求

- 是否所有比賽都已配備合資格的急救人員？是/否
- 是否已配備所有適切的醫療需求，包括急救箱、療傷用冰塊、緊急聯繫人及電話？是/否
- 是否已配備擔架（最好是鏟式擔架）並可供訓練有素的人員使用？是/否
- 救護車能否方便地進入現場（即大門未上鎖、沒有阻攔的車輛等）？是/否
- 緊急行動計劃是否已完成並可供所有相關人員使用？是/否

設施

- 周邊圍欄和標牌是否安全？是/否
- 更衣室和廁所是否乾淨衛生，沒有障礙物？是/否
- 看台、座位和會所等公共區域是否乾淨且沒有可見的風險（須考慮倒塌的座椅、外露的電線、損壞或沒有護欄的台階等）是/否

如果對任何問題的回答為「否」，請提供有關降低任何已識別風險而採取的措施的詳細資訊：



- 不粘敷料 (如 Melolin)
- 三角繃帶
- 護膚墊 (如 Second Skin)
- 冰袋
- 粘性敷料 (如 Tegaderm)
- 膠帶
- PVC 膠帶
- 冰塊
- 塑料袋和冰袋保鮮膜
- 消毒洗手液

附錄三 - 設有急症室的香港醫院及最鄰近的欖球場。

政府醫院：

序號	醫院代碼	醫院聯網	醫院全名	地址	電話	最鄰近的欖球場
1	AHNH	NTEC	雅麗氏何妙齡那打素醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/9/en/9qQUzxbzgk.html">http://www.map.gov.hk/static/9/en/9qQUzxbzgk.html</a>	新界大埔全安路 11 號	2869 2000	Tai Po
2	CMC	KWC	明愛醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/e/en/egNrSQQmLK.htm">http://www.map.gov.hk/static/e/en/egNrSQQmLK.htm</a>	九龍深水埗永康 街 111 號	3408 7911	THT / PBS / SKM
3	KWH	KWC	廣華醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/k/en/KGFZTKZ7iS.html">http://www.map.gov.hk/static/k/en/KGFZTKZ7iS.html</a>	九龍窩打老道 25 號	2332 2311	THT / PBS / SKM
4	NDH	NTEC	北區醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/l/en/IUAwty0mt.html">http://www.map.gov.hk/static/l/en/IUAwty0mt.html</a>	新界上水保健路 9 號	2683 8888	Tai Po
5	NLH	KWC	北大嶼山醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/6/en/6s3eciKZWU.html">http://www.map.gov.hk/static/6/en/6s3eciKZWU.html</a>	大嶼山東涌松仁 路 8 號	3467 7000	*9-5pm only Lantau Island

此模板由香港欖球總會制定，僅供球會作參考之用。  
欖總鼓勵各球會因應各自的情況適當調整該模板的內容。

6	PMH	KWC	瑪嘉烈醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/u/en/UaQnBZR5pT.html">http://www.map.gov.hk/static/u/en/UaQnBZR5pT.html</a>	新界荔景山道	2990 1111	Tsuen Wan
7	POH	NTWC	博愛醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/p/en/p1i6TovTj0.html">http://www.map.gov.hk/static/p/en/p1i6TovTj0.html</a>	新界元朗坳頭	2486 8000	TSW
8	PWH	NTEC	威爾斯親王醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/5/en/5tbUt7YEN4.html">http://www.map.gov.hk/static/5/en/5tbUt7YEN4.html</a>	新界沙田銀城街 30-32 號	2632 2211	HKSI
9	PYNEH	HKEC	東區尤德夫人那打素醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/k/en/k56dSwHr9H.html">http://www.map.gov.hk/static/k/en/k56dSwHr9H.html</a>	香港柴灣樂民道 3 號	2595 6111	CWB / SKP
10	QEH	KCC	伊利沙伯醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/5/en/52uPgPTFQH.html">http://www.map.gov.hk/static/5/en/52uPgPTFQH.html</a>	九龍加士居道 30 號	2958 8888	KP/THT/SKM
11	QMH	HKWC	瑪麗醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/z/en/ZZGOjgw69t.html">http://www.map.gov.hk/static/z/en/ZZGOjgw69t.html</a>	香港薄扶林道 102 號	2255 3838	ASG/HKU-SB
12	RH	HKEC	鄧肇堅醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/h/en/ht4Qx3mq2U.html">http://www.map.gov.hk/static/h/en/ht4Qx3mq2U.html</a>	灣仔皇后大道東 266 號	2291 2000	HV/SKP/HKFC
13	StJH	HKEC	長洲醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/r/en/RyQtSna1x9.html">http://www.map.gov.hk/static/r/en/RyQtSna1x9.html</a>	長洲東灣路	2981 9441	Cheung Chau
14	TKOH	KEC	將軍澳醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/g/en/G5c7cxa1oc.html">http://www.map.gov.hk/static/g/en/G5c7cxa1oc.html</a>	坑口寶寧里 2 號	2208 0111	Sai Kung
15	TMH	NTWC	屯門醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/t/en/tey5F8r7w.html">http://www.map.gov.hk/static/t/en/tey5F8r7w.html</a>	新界屯門青松觀 路	2468 5111	TSW
16	UCH	KEC	基督教聯合醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/e/en/ELFuP3XDpy.html">http://www.map.gov.hk/static/e/en/ELFuP3XDpy.html</a>	九龍觀塘協和街 130 號	3513 4000	KTSG / KBSG
17	YCH	KWC	仁濟醫院 <a href="http://www.map.gov.hk/static/g/en/Q3AYD3XIAY.html">http://www.map.gov.hk/static/g/en/Q3AYD3XIAY.html</a>	新界荃灣仁濟街 7-11 號	2417 8383	Tsuen Wan

### 私立醫院：

序號	醫院代碼	醫院聯網	醫院全名	地址	電話	最鄰近的欖球場
1	HKAH	Private	香港港安醫院 <a href="http://www.hkah.org.hk/new/eng/contact_location.php">http://www.hkah.org.hk/new/eng/contact_location.php</a>	香港司徒拔道 40 號	3651 8888	HKFC / HV / SKP

此模板由香港欖球總會制定，僅供球會作參考之用。  
 欖總鼓勵各球會因應各自的情況適當調整該模板的內容。

2	HKBH	Private	香港浸信會醫院 <a href="http://www.hkbh.org.hk/eng/hospital_info_location.php">http://www.hkbh.org.hk/eng/hospital_info_location.php</a>	香港九龍窩打老道 222 號	2339 8888	THT / PBS / KP / SKM / KBSG
3	HKSH	Private	養和醫院 <a href="http://www.hksh.com/en/patients/transportation.html">http://www.hksh.com/en/patients/transportation.html</a>	香港跑馬地山村道 2 號	2572 0211	SKP / HKFC / HV
4	SPH	Private	聖保祿醫院 <a href="http://www.stpaul.org.hk/internet/index.php/about/location">http://www.stpaul.org.hk/internet/index.php/about/location</a>	銅鑼灣東院道 2 號	2890 6008	SKP / CWB
5	STH	Private	聖德肋撒醫院 <a href="http://www.sth.org.hk/location_map.asp?lang_code=en">http://www.sth.org.hk/location_map.asp?lang_code=en</a>	九龍太子道 327 號	2711 9111	KP / THT / PBS / SKM / KBSG
6	TWAH	Private	香港港安醫院－荃灣 <a href="http://www.twah.org.hk/new/eng/contact_location.php">http://www.twah.org.hk/new/eng/contact_location.php</a>	香港新界荃灣荃景圍 199 號	2276 7676	Tsuen Wan
7	UH	Private	仁安醫院 <a href="http://www.union.org/new/english/about_us/files/map.pdf">http://www.union.org/new/english/about_us/files/map.pdf</a>	新界沙田大圍富健街 18 號	2608 3388	HKSI