

消防處社區 應急先鋒訓練講義 (簡易版)



HONG KONG FIRE SERVICES DEPARTMENT

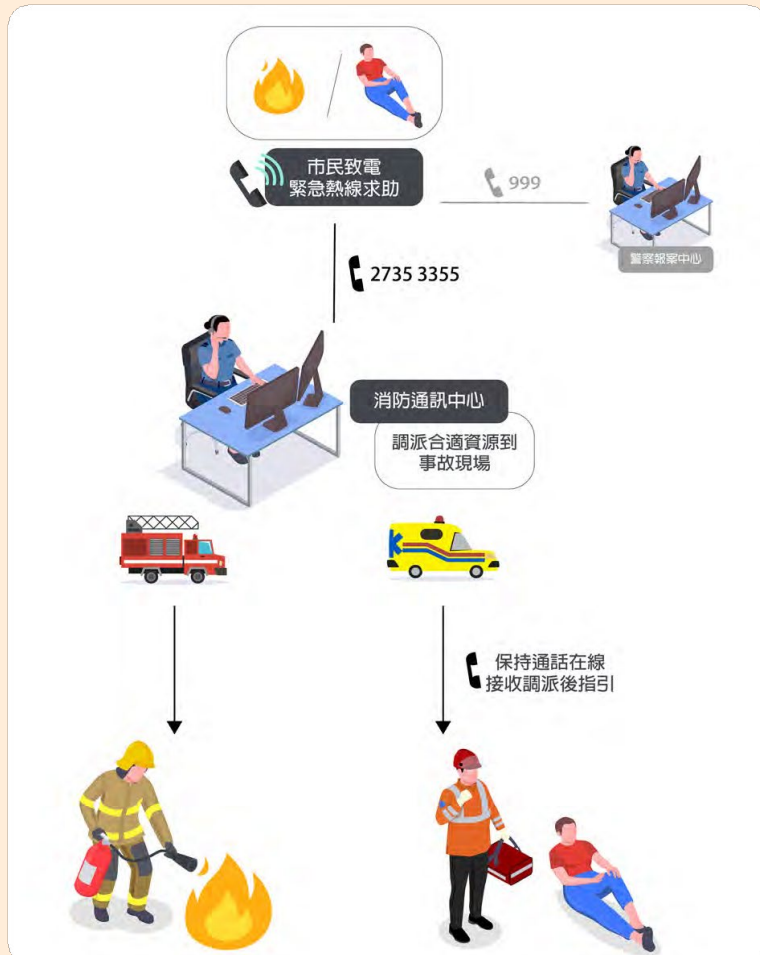
香 港 消 防 處

報警技巧 / 調派後指引



報警技巧

A. 報警流程



- 撥打 999 或直接致電消防通訊中心；
- 說出現場情況，耐心回答消防通訊中心人員的提問；
- 消防通訊中心的人員調派合適資源到事故現場；以及
- 如召喚救護車，在回答消防通訊中心人員的問題後切勿掛線，應留意該人員提供的調派後指引。

B. 重點重溫

1. 報案時應**保持冷靜**，清楚說出**詳細地址**。
如在路邊、郊野，或不知身在何處，可查看四周有沒有燈柱編號、行山標距柱或消防栓（消防街井）編號等，提供這些號碼，亦可以協助確定事發位置；
2. 簡單清晰地講出現場情況；以及
3. **耐心回答**消防通訊中心人員的問題，並留意該人員提供的指引。





調派後指引

為優化緊急救護服務的安排，消防通訊中心的人員在調派救護車後，會按傷病者的傷勢或病情所屬類別，即時向緊急救護服務召喚者提供全面而適切的指引，以助穩定傷病者的情況。

調派後指引系統提供的指引涵蓋創傷、哽塞、昏迷、心臟或呼吸驟停等超過30種傷病情況。

A. 調派後指引的優點



B. 服務水平

提供調派後指引**不會影響現行服務承諾**，即92.5%的緊急救護服務召喚能在12分鐘的目標召達時間內得到處理。

來電者只需

- 為確保這項服務的質素，消防通訊中心的人員都曾接受專門培訓，並持有有效的**緊急醫療調派員證書**，能按照國際緊急調派研究院的治理程序向召喚者提供指引；
 - 來電者不必記住任何分類或步驟；以及
 - 消防通訊中心的人員會逐步詢問傷勢 / 病情和提供指引。
-
- 細心聽清楚問題；
 - 冷靜回答；以及
 - 跟從調派後指引，這類指引不會影響救護車服務。



山嶺安全



簡介 / 目的

認識山嶺活動的潛在危險、救援的困難，以及在不同情境下應採取的適當行動，以助建立遇事時應對的自信，推廣自救方法，並鼓勵在緊急情況下主動幫助有需要的人士。



潛在危險

天氣；地形；迷路；野生動物/昆蟲



在山嶺出現的危急情況

A. 通訊：

- 在偏遠山區，**電話網絡訊號接收欠佳**，難以求救。
- 難以向救援人員表達準確位置。



B. 搜索和拯救傷者：

- 地形崎嶇且通行困難，救援需時。
- 從山上撤離可能需要借助專業設備或由專業人員協助。



▲ 需要借助專業設備或由專業人員協助從山上撤離

C. 在山嶺進行的基本急救

1. 中暑



懷疑有人中暑時應該：

- 保持冷靜，立即撥打 999 召喚救護車；
- 把患者移到陰涼地方；
- 用濕毛巾替其抹身降溫；以及
- 讓其飲水，補充水分。



注意事項：

- 不要使用酒精為患者抹身降溫；以及
- 在患者未完全回復清醒時，**切勿讓其飲食**。

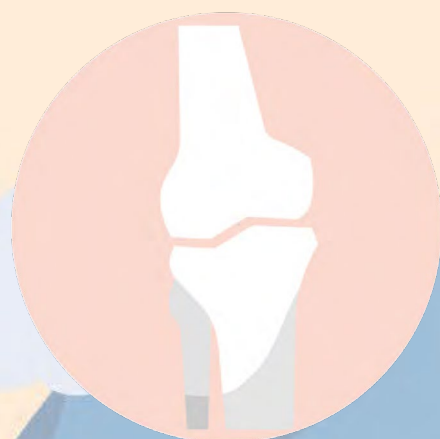
熱衰竭及中暑的病徵和症狀



2. 骨折

為傷者處理骨折的一般原則：

- 保持冷靜，立刻召援；
- 除非現場有危險，否則**避免移動傷者**。
如必須移動傷者，應先固定及承托其傷肢；
- 為傷者進行基本傷口處理；以及
- 盡快將傷者送院治理。



山嶺安全



3. 蜜蜂螫傷

處理方法

1. 盡快除去留在皮膚內的螫針。可用尖鉗子拔走，或用卡片刮去。
2. 如身上沒有合適工具，可用手將螫針小心拔出，過程中切記要抓緊針柄部分，**以免擠壓到毒囊**。
3. 用清水沖洗傷口。
4. 冷敷傷處，以減輕痛楚和紓緩腫脹情況。
5. 若出現嚴重症狀(例如: 呼吸困難)，應立即求醫。



4. 人事不省

人事不省可能由多種因素引起，包括創傷、中風和糖尿病併發症。病人的舌頭可能會後墮並阻塞氣道，導致窒息，因此須立即採取下列步驟：



不應做

- 用枕頭或其他物件墊起病人的頭部。
- 讓病人坐起。
- 給病人**餵食物或飲料**。



應做

- 保持冷靜，撥打 999 報警。
- **將病人側臥**，使其唾液、嘔吐物能從口中流出。
- 鬆開緊箍着病人頸部、胸部及腰部的衣飾。
- 用毛毯或衣服蓋於病人身上，為其保暖。
- 陪伴病人，直至救護員到達。



溺水 / 被水圍困



簡介 / 目的

遇上溺水 / 被水圍困的意外時應如何應對。

A. 容易發生溺水意外的地方：

- 惡劣天氣下的低窪地帶
- 海灘、泳池、河流、溪澗或水塘
- 海邊、沿岸地方或碼頭



B. 容易發生被水圍困意外的活動：



溺水 / 被水圍困



救援的困難

- 風高浪急 / 天氣惡劣
- 自身體力不足
- 溺水 / 被水圍困人士距離遠
- 道路水浸



策略及計劃

發現有人溺水 / 被水圍困時可採取的行動：

- 保持冷靜；
- 盡快到安全地方撥打 999 求助，並盡可能提供準確地址或最後目擊的事發地點、所涉人數及其他有用資料（遇溺者特徵、發生意外時進行的活動等）；以及
- 冷靜聽從救援人員的指示。

準確地址或
最後目擊的事發地
點、所涉及人數及
其他有用資料



交通意外



救援的困難

缺乏專業知識和技能

市民並非專業的消防人員，缺乏專業知識和技能處理交通意外，例如不懂得如何評估傷者的情況或包紮和固定傷者的方法，亦不懂得如何使用消防裝置及設備等。

缺乏經驗

市民未必有處理交通意外的經驗，面對突發情況時，可能會感到驚惶失措，甚至可能會做出錯誤的判斷。

缺乏安全意識

交通意外現場可能危機四伏，例如漏油、漏電、火災等，市民必須具備安全意識，才能參與救援，以免發生意外。



交通意外



快速指南

第一階段：評估現場情況

- 確保自身安全，並觀察現場是否有其他危險因素。
- 查看傷者的意識、呼吸和脈搏。
- 撥打 999 報警，並告知接聽人員現場情況。

第二階段：進行初步救援

- 若傷者意識清醒，安撫其情緒。
- 若傷者失去意識，應將其頭部置於水平位置，使其呼吸道保持暢通。
- 若傷者出現出血情況，應立即使用止血帶或乾淨紗布為其止血。
- 若傷者骨折，應使用夾板或其他物品固定其傷處。



第三階段：協助現場管理

- 應使用夾板或其他物品固定其傷處。
- 自身情況安全下，協助疏導現場交通。
- 協助警方在現場進行調查，並提供相關資料。

處理交通意外傷者時應注意的事項：

不要 移動傷者。

不要 為救援傷者而作任何
超出自身能力的行動，例如
與現場人士合力抬起或移動
車輛。

不要 給傷者餵食物或飲料。

不要 擅自移除傷者身上任何
物品。



危急事故後壓力反應及心理支援



危急事故後壓力反應 (B.E.S.T.)

一旦經歷危急事故，受影響人士的行為、情緒、生理和認知都可能會出現不同程度的壓力反應。常見的壓力反應如下：



- 迴避
- 發呆
- 失神
- 無故哭泣



- 驚訝
- 傷心
- 憤怒
- 內疚



- 失眠/做噩夢
- 食慾改變
- 呼吸急促
- 肌肉緊張



- 不斷回想/重覆經歷事故細節
- 記憶力和注意力下降
- 負面思想
- 世界觀發生重大轉變

危急事故後壓力反應及心理支援



危急事故後心理支援

心理急救行動原則 (The 3'L's)

- 已經發生及正在發生的情況
- 安全及保安風險
- 受影響人士即時的基本/實際需要及情緒反應

LOOK

觀察

LISTEN

聆聽

- 認真聆聽、接納對方的感受
- 讓受困擾者平靜下來
- 了解對方的需要及顧慮

- 解決實際問題
- 聯絡親人及協助受影響人士獲取社會支援/服務及其他幫助

LINK

連結

參考資料及文獻：

1. Fox, J. H., Burkle, F. M., Jr, Bass, J., Pia, F. A., Epstein, J. L., & Markenson, D. (2012). The effectiveness of psychological first aid as a disaster intervention tool: research analysis of peer-reviewed literature from 1990-2010. *Disaster medicine and public health preparedness*, 6(3), 247-252.
2. Wang, L., Norman, I., Xiao, T., Li, Y., & Leamy, M. (2021). Psychological First Aid Training: A Scoping Review of Its Application, Outcomes and Implementation. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4594. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094594>
3. 香港紅十字會心理急救四天工作坊，27/2/2023至2/3/2023，心理支援服務，香港紅十字會。

消防裝置或設備



樓宇內常見的消防裝置或設備

1. 消防栓/喉轆系統
2. 火警警報系統
3. 應急照明系統
4. 人手操作手提器具
5. 火警偵測系統
6. 防煙門
7. 出口指示牌
8. 視像警報系統
9. 花灑系統



人手操作手提器具

在火警發生初期，如消防人員尚未抵達現場，在場人士在安全情況下，可利用適當的人手操作手提器具，例如滅火氈、滅火筒和沙桶，嘗試自行滅火，阻止火勢蔓延，以免造成更大損失。



簡易式滅火器



滅火氈



《2023年消防(裝置及設備)(修訂)規例》(《修訂規例》)於二零二三年十一月一日生效，便利市民在家居自行設置手提滅火設備，例如滅火筒及滅火氈，當發生火警時，市民可及早滅火，從而提升整體家居消防安全。

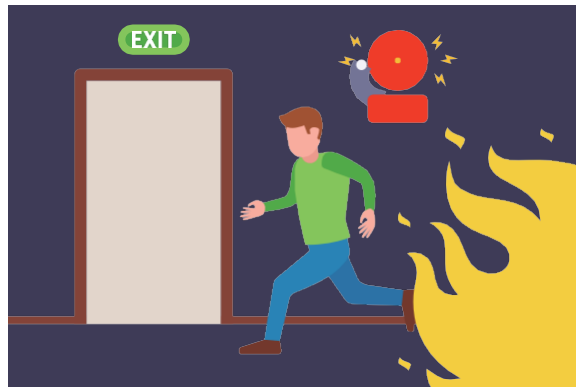
目前，已有一些符合行業標準的簡易式滅火器(即少於1公升/公斤的滅火器)獲得消防處的認可，可在香港售賣或供應。

相對於一般滅火筒，簡易式滅火器的重量和體積更輕便小巧，令其更易於在家中設置及使用。若這些滅火筒屬於自行在家設置，相關法定保養責任更可獲豁免。

火警發生時應採取的行動及疏散程序

當聽到火警警報響起

- 留下或離開—由自己決定。
- 一旦聽到火警警報響起，得知失火，最好是盡快離開，但在某些情況下，也有可能迫不得已要留在住所內。
- 不論是留下抑或離開，都必須從速決定，並採取保護措施，以防吸入濃煙。



決定離開大廈

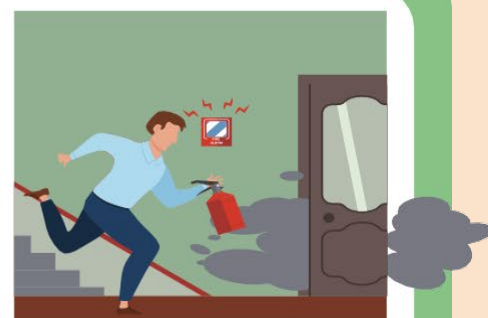
若發現有煙由門罅隙滲入屋內，切勿開門，應在屋內採取保護措施，以免吸入濃煙。

- 檢查居住單位的大門，若沒有煙滲入，可以把門稍為打開，查看外面情況。
 - 若看見門外有煙或感到熱力，立刻關門並採取保護措施。
 - 若走廊沒有煙，便盡快離開單位；離開時帶備逃生三寶，即門匙、手提電話和濕毛巾，緊記把門關上，然後沿最近的樓梯離開大廈。
- 切勿攜帶大件物品或重物。
- 切勿使用升降機。
- 小心推開樓梯的防煙門。
 - 若沒有煙，可沿該樓梯離開大廈。
 - 若看見有煙，不要使用該樓梯離開，嘗試找尋其他樓梯逃生；否則，折返單位，並採取保護措施，以免吸入濃煙。



已到達樓梯間

- 若在樓梯間看見有煙，應盡快離開，改用另一條樓梯逃生。
- 如沒有其他樓梯可供安全逃生，應在情況許可下折返單位，又或折返走廊，向其他單位拍門求助，直至找到安全地方暫避。
- 無論身在何處，如發現去路濃煙密佈，應緊記伏地爬行，因為接近地面的空氣比較少煙。



如要留在單位

- 為防止濃煙滲入屋內，可用膠紙將大門四周罅隙密封，並用濕毛巾將門底堵住；屋內的通風孔或氣槽亦須如此。
- 為免吸入濃煙，應採取保護措施，直至獲救或獲消防人員通知可以離開(可能需要等候一段時間)。



如要留在單位

如火警警報響起後已過了一段時間，不要嘗試離開單位。因為起火時間越久，濃煙擴散至樓梯及走廊的機會越高，單位外的情況會更危險。

- 若仍有濃煙滲入屋內：
 - 致電「999」通知消防處你被困的位置，然後走到未受濃煙影響的房間，關上門後隨即以膠紙及濕毛巾將罅隙密封，並打開窗戶，讓新鮮空氣進入室內。
 - 在露台或窗旁揮動顏色鮮艷的物件，讓救援人員知悉你的位置。
 - 身體盡量靠近地面，因為接近地面的空氣比較少煙。
 - 聽從救援人員的指示。

緊記：消防安全，由你開始

- 應了解所住大廈的設計。
- 應知道走火通道的方向及路線，並作好隨時緊急疏散的準備。
- 擬備火警逃生應變計劃，並預定逃生後的集合地點。
- 離開起火的大廈後，除非消防人員表示現場已經安全，並獲警方許可，否則切勿返回大廈。



火警逃生

要帶逃生三寶

手提電話、濕毛巾及門匙

In case of fire, don't forget
Mobile phone, wet towel & door keys



發現有人暈倒該怎辦？

1 檢查患者是否人事不省

患者如對聲音及痛楚均無反應，便是人事不省。



2 致電 999 要求旁人拿取AED



3 檢查呼吸

用10秒檢查患者胸部有沒有明顯起伏



4 施行心肺復甦法

按壓口訣：「快！狠！準！」
快：速度一秒兩下
狠：深度5至6厘米
準：位置準確



5 跟從除顫器指示

「開」機
「貼」上電極片
「電」擊



使用AED的程序



單純按壓式心肺復甦法 (COCPR)

- 在施行心肺復甦法時，施救者可選擇施行傳統式CPR（包括胸部按壓及人工呼吸），或施行單純胸部按壓的CPR。
- 如果施行單純按壓式心肺復甦法，即代表向患者施行持續性的胸部按壓。



AED的位置

- 香港AED的位置分布於不同的場所，當中包括康樂設施，地鐵站，部份商場的客戶服務中心等。
- 如需要具體得悉就近AED的位置，可利用消防處官方應用程式或智方便應用程式，當中有捷徑可尋找使用者所在位置就近的AED位置。



立即上「AED 搵得到」
網上資訊平台了解更多
For more information, please visit
www.hkfsd.gov.hk/aed

