



感染控制處

第十五屆全國運動會
全國第十二屆殘疾人運動會
暨第九屆特殊奧林匹克運動會

預防傳染病 給體育場地的健康指引

甲、 背景

第十五屆全國運動會和全國第十二屆殘疾人運動會暨第九屆特殊奧林匹克運動會將於2025年11月和12月在香港舉行。香港將會承辦八個競賽項目，以及一個群眾賽事活動項目。有關賽事的詳細安排，請瀏覽以下網頁：<https://www.2025nationalgames.gov.hk/tc/index.html>

衛生署建議體育場地應採取下列預防措施，以減低觀眾和員工在賽事期間感染和傳播傳染病的風險。

乙、 預防措施

保持良好的個人、環境衛生及食物安全，對預防傳染病至關重要。

一、個人衛生

- (a) 提醒觀眾和場地員工保持良好的個人衛生，尤其是手部衛生和正確的咳嗽禮儀（請參閱附錄一及附錄二）。
- (b) 根據衛生部門的健康指引接種疫苗，以增強人體對特定傳染病的免疫力。
- (c) 在公共區域為觀眾提供含 70-80% 的酒精搓手液，並準備足夠的外科口罩以供使用。
- (d) 提醒場地員工頻繁地更換及清洗制服，以及在制服受到嚴重污染時立即更換。。

二、環境衛生

- (a) 環境的清潔和消毒
 - i. 定期使用清潔劑和清水清潔環境。視乎使用次數加強清潔經常觸摸的表面，例如更衣室和淋浴設施的表面和設備等。
 - ii. 從乾淨的地方開始清潔，再向髒的地方進行。例如，從公共區域到洗手間，從洗手盆到座廁。
 - iii. 需要時可使用消毒劑消毒環境，例如在清潔有可見污漬、體液或排泄物的表面後。
 - iv. 使用 1 比 99 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 99 份清水混和）來進行消毒，待 15 至 30 分鐘後，再用清水沖洗及抹乾。
 - v. 使用吸水力強的即棄抹巾清理被呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物污染的表面或地方，然後用 1 比 49 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 49 份清水混和）消毒被污染的地方及鄰近區域，待 15 至 30 分鐘後，用水清洗並抹乾。
 - vi. 使用 1 比 4 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 4 份清水混和）消毒被血液污染的表面，並從外而內抹拭，待 10 分鐘後用清水清洗並抹乾。
 - vii. 金屬表面則用 70% 酒精消毒。
 - viii. 不建議在室內噴灑消毒液。此做法不僅未能有效去除噴灑範圍以外的污染物，並且會引致眼睛、呼吸道及皮膚刺激，以及其他毒性反應。如需使用消毒液，應使用浸有消毒液的抹巾擦拭。
 - ix. 每日妥善處置垃圾並棄置於垃圾房。
- (b) 保持空氣流通
 - i. 確保空調設備正常運作並有足夠的鮮風供應。

- ii. 根據製造商的建議定期更換和清洗通風系統的隔塵網。
- iii. 確保場地各區域的通風系統符合屋宇署規定的法定要求。

(c) 處理供水系統的良好做法

- i. 使用妥善設計及保養的供水系統（例如冷卻塔），以預防退伍軍人病。
- ii. 有關正確處理供水系統的更多資料，請瀏覽機電工程署網頁 <https://www.emsd.gov.hk/tc/home/index.html>，並參考預防退伍軍人病委員會發表的「預防退伍軍人病工作守則」及「適用於樓宇管理的冷熱水系統內務管理指引」。

(d) 妥善的排水系統

- i. 確保排水系統正常運作並符合屋宇署的法定要求。
- ii. 應每星期或在使用前，把約半公升的清水注入每個排水口（U型隔氣彎管），以防止U型隔氣彎管積水乾涸。

(e) 蟲鼠防治

i. 蚊子

- 提高警覺預防蚊傳疾病，例如登革熱和基孔肯雅熱。
- 每星期檢查及清理天台檐槽、排水溝渠和表面渠道，避免堵塞以防止積水。
- 每周最少一次以鹼性清潔劑擦洗溝渠和排水明渠，除去可能積聚的蚊卵。
- 使用合適的物料覆蓋或填封樹洞及竹枝殘幹，以防積水。
- 清除沙井蓋匙孔內的積水，並安裝匙孔塞。
- 避免堆放雜物，尤其是在室外區域。使用有蓋垃圾桶收集可積水的容器，例如瓶子、罐、發泡膠盒等。
- 每星期至少更換花瓶內的水和清理盆栽墊盤內的積水一次。
- 填平凹陷的地面，以防積水。
- 杜絕蚊蟲滋生，預防蚊子可傳播的基孔肯雅熱、登革熱和日本腦炎等傳染病。有關基孔肯雅熱的詳情，請瀏覽衛生防護中心網頁：
<https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/24/6122.html>

ii. 鼠類

- 採取適當的防鼠措施，例如防鼠擋板、踢板、鍍鋅金屬網等，以阻止老鼠闖入或四處竄動，特別注意高風險區域，例如餐廳、食品攤位、電掣房、廢物收集設施等。
- 進行全面實地視察，特別是花床。及早發現鼠患並採取干預措施。如發現任何鼠洞應妥善處理及填塞，以防鼠類再次滋擾。

- 維持良好的環境衛生，消除鼠類繁殖的三個條件，即食物來源、藏匿點和往來通道。
- 在必要時採取補救措施以控制鼠患。
- iii. 其他害蟲
 - 為預防及控制蠓的滋生，定期犁田以減低泥土表面水分。清除落葉和其他凋枯植物，並修剪生長茂密的植物，使泥土表面更能暴露於陽光和空氣中。如果發現成蟲，應定期使用即殺性殺蟲劑進行霧化處理。
 - 為預防蠅的滋生，垃圾應妥善處理，存放於有蓋的垃圾桶中。除了噴灑即殺性殺蟲劑外，還可視乎情況在垃圾收集站的牆面噴灑殘留性除害劑。
 - 應安排清理排水及污水系統，以清除積累的有機物質，防止各種蠅的繁殖。在必要時應立即採取補救措施，可適當地使用即殺性或殘留性殺蟲劑進行化學防治。

三、 食物安全和衛生

(a) 飲水機的操作及保養

- i. 飲水機一般可根據供水水源分為兩種：直接連接水管的飲水機和桶裝水飲水機（預先包裝的桶裝水產品）。
- ii. 飲水機應放置在一個能確保基本衛生和空氣流通的環境，不應放置在容易受污染的地方（例如洗手間內、垃圾桶附近、冷氣機排氣口附近、雀鳥或其他動物容易接近的地方）。
- iii. 根據製造商的建議安裝和保養飲水機。連接自來水管的飲水機，應根據水務署批准的喉管工程建議安裝。
- iv. 當使用飲水機時，使用者應注意以下衛生措施：
 1. 為免飲水機的出水口被呼吸道分泌物或手部的病菌所污染，使用時不應讓身體部位或水樽接觸出水口或防護裝置。
 2. 如使用者（i）未能保持飲水機的衛生（如幼童）；或（ii）患有呼吸道感染，應避免直接於噴射式飲水機飲用食水，適宜使用獨立容器（例如水杯或水樽）盛水飲用。
 3. 請勿於飲水機內吐痰或以飲水機洗手或清洗個人物品。
 4. 如飲水機受到污染、損毀或破壞，請勿使用飲水機。

對於提供餐飲服務的體育場地，場地員工必須確保食物安全和衛生，以預防經食物傳播的疾病。場地員工應遵循食物安全中心提倡的「食物安全五要點」，採取安全的食物處理措施。

(b) 處理食物的員工

- i. 如出現發燒、腹瀉或嘔吐等病徵，不應處理食物。
- ii. 用防水敷料覆蓋傷口，以防病原體從傷口傳到食物。
- iii. 在準備食物前須清潔雙手。
- iv. 在準備或處理食物時不要吸煙。

(c) 保持廚房清潔衛生

- i. 保持廚房清潔整齊。
- ii. 定期清潔抽氣扇及抽油煙機。
- iii. 保持工作台和地板清潔和乾爽。
- iv. 放置食具於乾淨的碗櫃內。
- v. 切勿把衣履、鞋等個人用品貯存於廚房內。
- vi. 蓋好垃圾桶，避免蟑螂、蚊蟲或鼠類等滋生。

四、處理患病觀眾的建議

(a) 建議出現呼吸道感染症狀或其他傳染病症狀的人士應：

- i. 留在家中休息
- ii. 佩戴緊貼面部的外科口罩，並
- iii. 儘快求醫

丙、指引和教育材料

酒店及物業管理指引

一、酒店業感染控制和預防指引

https://www.chp.gov.hk/files/pdf/105_guideline_on_infection_controland_prevention_in_hotel_industry_chi.pdf

二、物業管理預防傳染病的建議

https://www.chp.gov.hk/files/pdf/advice_for_prevention_of_id_for_pm_chi.pdf

三、物業管理基本感染控制（影片）

<https://www.chp.gov.hk/tc/static/101468.html>

個人衛生指引

四、觀眾預防傳染病的健康建議

五、正確潔手

<https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/460/19728.html>

六、正確使用口罩

<https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/460/19731.html>

環境衛生指引

七、正確使用漂白水

<https://www.chp.gov.hk/tc/static/100272.html>

八、使用飲水機的健康建議

[https://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines on use of drink fountain public_chi.pdf](https://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines_on_use_of_drink_fountain_public_chi.pdf)

九、屋宇署對通風和排水的要求

十、預防退伍軍人病工作守則

[https://www.emsd.gov.hk/tc/supporting government initiatives/legionnaires disease/publications/codes of practice/index.html](https://www.emsd.gov.hk/tc/supporting_government_initiatives/legionnaires_disease/publications/codes_of_practice/index.html)

十一、適用於樓宇管理的冷熱水系統內務管理指引

[https://www.emsd.gov.hk/tc/supporting government initiatives/legionnaires disease/publications/general/index.html](https://www.emsd.gov.hk/tc/supporting_government_initiatives/legionnaires_disease/publications/general/index.html)

十二、確保隔氣竈管有足夠貯水

[https://www.chp.gov.hk/files/pdf/make sure the trap is not dry_chi.pdf](https://www.chp.gov.hk/files/pdf/make_sure_the_trap_is_not_dry_chi.pdf)

除蟲滅鼠除蟲指引

十三、食物環境衛生署的除蟲指南

食品安全指南

十四、食物安全中心，食物環境衛生署

http://www.cfs.gov.hk/english/multimedia/multimedia_pub/files/5keys_pos-Overall.pdf

第一版：二零二五年八月

本文件的版權屬香港特別行政區衛生署衛生防護中心所有。本文件所載資料可隨意摘錄作教育、訓練或非商業用途，但請註明資料來自香港特別行政區衛生署衛生防護中心。除非事先獲得該中心的准許，否則任何人士不得使用、修改或複製本文件的任何部分作上述以外的用途。

附錄 I

正確潔手

1. 很多傳染病都是透過接觸傳播的。若雙手被病原體污染，尤其是被呼吸道分泌物或糞便弄污後，便很容易把疾病如痢疾、霍亂、肝炎、流行性感冒、手足口病等傳播。保持手部衛生是預防傳染病的首要條件。用梘液及清水或酒精搓手液，均可達致手部衛生。

甚麼時候應潔手？

- (a) 在接觸眼、鼻及口前；
- (b) 進食及處理食物前；
- (c) 如廁後；
- (d) 當手被呼吸道分泌物染污時，如打噴嚏及咳嗽後；
- (e) 為幼童或病人更換尿片，或處理被污染的物件後；
- (f) 接觸動物、家禽或其糞便後；
- (g) 處理垃圾後；
- (h) 觸摸過公共物件，例如電梯扶手、升降機按鈕或門柄後；
- (i) 探訪醫院、院舍或護理病人之前後；
- (j) 任何時候當你發覺雙手骯髒。

如何選擇合適潔手劑？

1. 當雙手有明顯污垢或被血液、體液沾污、如廁後或更換尿片後，應用梘液及清水潔手。如雙手沒有明顯污垢時，可用含 70- 80% 酒精搓手液潔淨雙手。按世界衛生組織建議，大部份酒精搓手液內含乙醇、異丙醇、正丙醇或其組合。市民在選購或使用酒精搓手液時，應注意其使用期限。

正確潔手步驟：

- (a) 用梘液及清水洗手，程序如下：
 - (i) 開水喉弄濕雙手。
 - (ii) 加入梘液，用手擦出泡沫。

- (iii) 離開水源，按潔手技巧 7 步驟揉擦雙手最少 20 秒（請參閱丙部），揉擦時切勿沖水。
- (iv) 洗擦後用清水將雙手徹底沖洗乾淨。
- (v) 用乾淨毛巾或抹手紙徹底抹乾雙手。
- (vi) 雙手洗乾淨後，不要再直接觸摸水龍頭，例如先用抹手紙包裹著水龍頭，才把水龍頭關上。

(b) 用酒精搓手液消毒雙手：

把足夠份量的酒精搓手液倒於掌心，然後按潔手技巧 7 步驟揉擦雙手最少 20 秒，直至雙手乾透（請參閱第三部分）。

(c) 潔手技巧:

正確潔手 7 步驟，揉擦雙手最少 20 秒。



示範短片

(a) 使用枧液及清水洗手

<https://www.youtube.com/watch?v=bfHoBihQNks>

(b) 使用酒精搓手液潔手

<https://www.youtube.com/watch?v=YGSbWriRl6U>

附錄II

保持咳嗽禮儀

