

衛生局 2025 年 3 月 11 日消息

## 衛生局舉辦健康教育活動策劃工作坊 冀提升社服機構策劃傷害預防教育能力

為落實《健康澳門藍圖》各項政策目標，實現資源下沉，提升本澳社服機構策劃預防傷害教育的能力，讓傷害預防知識在社區普及，衛生局於今年上半年舉辦“預防傷害，由我做起”系列活動，當中透過健康教育活動工作坊，提升社服機構工作者的安全意識及策劃傷害預防教育活動的能力。在系列活動中，日前舉辦的三場健康教育活動策劃工作坊已圓滿結束，合共培訓了逾百名分別來自院舍、社區中心、托兒所、復康中心及教育機構等 49 個服務單位的社會服務機構工作者。

工作坊以預防家居意外為主題，透過小組討論、案例分析等互動形式，深入探討了多個課題，例如近年本澳家居事故的現況、常見家居事故的風險評估與處理方法、家居事故的預防策略，以及預防教育活動程序計劃的概要及活動策劃要點等。目標是提升社會服務機構工作者的安全意識及策劃傷害預防教育活動的能力，期望他們能成為社區健康教育的倡導者，攜手推動社區健康教育發展。參與者普遍認為工作坊內容豐富實用，對日常工作有極大幫助，並希望能夠持續參與同類活動，進一步提升專業能力及知識水平，為本澳社區健康教育貢獻更多力量。

根據本澳地區傷害監測系統顯示，本澳近年來傷害發生率最高的場所是居住場所，每年收到接近 4,000 宗家居傷害事故申報，傷者主要為嬰幼兒及長者，成因為跌倒／跌落、被物體擊傷及切割傷等為主。衛生局強調，傷害預防措施是保障生命健康與安全的重要防線，為預防家居事故的發生，建議採取以下預防措施：

1. 電器設備方面：使用合格電器產品及爐具，並適當安裝及定期檢查保養，切勿超負荷用電；
2. 物品擺放方面：在廚廁等易滑倒的地方鋪設防滑墊、樓梯安裝扶手並確保照明充足；妥善存放藥品、清潔劑等有毒物品及利器，避免兒童及認知障礙者不慎接觸；定期檢查家中設施，及時排除安全隱患；
3. 生活習慣方面：屋內應常保持地面乾爽、過道通暢；煮食時切勿離開廚房範圍，燃氣使用完畢後及時關閉閥門；另外使用熱水時注意避免溫度以致燙傷等意外；
4. 其他安全措施：學習家居意外急救知識，掌握基本的急救技能，為家人的健

康及生命安全主動把關。若遇緊急情況，請立即致電緊急求助熱線：999/110/112。

有關係列活動及傷害預防資訊詳情，可瀏覽衛生局“傷害登記及預防資訊”專頁：<https://www.ssm.gov.mo/apps1/InjureRegPrevent/ch.aspx#clg32363-vlg32369>。

附圖：“預防傷害，由我做起” 健康教育活動策劃工作坊舉行情況







附圖：預防家居傷害圖文包

**衛生局**  
Serviços de Saúde

# 家居隱患逐個捉

- ❌ 地面濕滑
- ❌ 清潔劑隨手放
- ❌ 光線昏暗，視物不清
- ❌ 睡床高度過高

**廁所**

**睡房**

**廚房**

**客廳**

- ❌ 刀具利器隨處放
- ❌ 櫃門沒有關好
- ❌ 廚房開放讓幼童進入
- ❌ 電線過長
- ❌ 電拖板再插萬能蘇
- ❌ 枱角尖

傷害登記及預防資訊



衛生局  
Serviços de Saúde

# 預防家居事故樂無憂

- ✓ 使用防滑墊
- ✓ 清潔劑放櫃內
- ✓ 安裝扶手

- ✓ 安裝智能感應地燈
- ✓ 床高度適中/使用床欄



- ✓ 刀具利器妥善收納
- ✓ 物品整齊放櫃關好門
- ✓ 門欄防幼童進入

- ✓ 用索帶網紮過長電線
- ✓ 一個插座只插一個拖板
- ✓ 枱角裝防撞角



傷害登記及預防資訊