



中國香港拯溺總會 HONG KONG CHINA LIFE SAVING SOCIETY

(incorporated with limited liability)

FOUNDING MEMBER OF INTERNATIONAL LIFE SAVING FEDERATION
MEMBER OF SPORTS FEDERATION & OLYMPIC COMMITTEE OF HONG KONG, CHINA

檔案編號 : EX/25/12
日期 : 2025 年 4 月 24 日
致 : 各屬會代表
由 : 考試委員會
知會 : 各執行委員及主考

考試恢復措施之安排

鑑於新冠疫情已過，社會亦久已踏上復常之路，總會將於 2025 年 6 月 1 日起恢復執行各陸上實習及水試考試（包括：公開及非公開考試）指引，其有關內容如下：

- (1) 陸上實習考試
 - I. 實習考試需全程使用個人袋裝面罩
 - II. 檢查呼吸：只需觀察胸部起伏（避免貼近模擬假人面部，須保持適當距離）
 - III. 所有吹氣動作（灌氣入肺）均以口述表達
- (2) 水試考試：
 - I. 銅章、磁章及沙灘救生章水試：恢復領考教練須出席考試，考生屆時亦須安排真人（或同伴）扮演溺者進行各項拯救技術之考核與協助
 - II. 泳池：
 - a. 扶持人工呼吸考試以口術表達
 - b. 直接拖救、扶持位置、脫身法、協助登岸法等拯救技術須使用真人協助完成
 - III. 沙灘：
 - a. 跑、游、拖：拖救部份須用真人以完成「橫胸拖救法」
 - b. 心肺復甦法考試：須由同伴扮演溺者完成兩個循環
 - c. 處理脊椎骨折、扶持位置、協助登岸等拯救技術須使用真人完成

有關以上恢復考試措施之指引及安排，總會有最終解釋、修改、決定權，敬請各屬會留意。如有疑問，歡迎於辦公時段內致電 2511 8363 與高級考試主任蔣穎茵女士或考試主任鄭志輝先生查詢。



黃維
考試委員會主委

RW/yc

