



## 「運動急救」證書課程

課程編號:	日期:
SFA-0904	2009年4月19, 26日(星期日) 早上 9:00 至下午 5:00
SFA-0905	2009年5月6, 13, 20, 27日(星期三) 晚上 6:30 至 10:00
SFA-0906	2009年6月14, 21日(星期日) 早上 9:00 至下午 5:00
SFA-0907	2009年7月8, 15, 22, 29日(星期三) 晚上 6:30 至 10:00

地點: 灣仔皇后大道東 282 號鄧肇堅醫院  
3 樓急症科訓練中心

### 課程內容

1. 運動醫學及運動醫護隊伍的角色
2. 預防和處理運動創傷的原則
3. 處理運動創傷的優先次序、基本生命支援和辨別危及生命的創傷的原則
4. 正常人體的結構和辨認身上主要的骨骼、肌肉和關節
5. 骨骼肌肉系統運動創傷的機理和分類
6. 常見的頭部和脊柱運動創傷
7. 常見的上肢和下肢運動創傷
8. 詳細的身體檢查和骨骼肌肉系統創傷檢查
9. 創傷傷者的基本脊柱制動技巧
10. 運動康復的原則
11. 常用的伸展運動、運動伸展和按摩技巧
12. 運動中常見的環境問題
13. 足踝運動繃紮法和運動繃貼法(sports bandaging and taping)

課程總監: 馮偉業物理治療師

### 課程目的

提供合適的培訓, 讓教練、體育教師、醫護人員、運動員或其他參與運動或照顧運動員的人士, 掌握處理運動創傷的基本知識和技巧, 以達致運動與健康並重的目的。

### 課程安排

十四小時課程(四節課), 理論與實習課各半。由物理治療師及運動急救導師教授。

### 認證要求

學員完成全部課程, 並通過所有實習評估, 和筆試合格, 可獲醫院管理局急症科訓練中心及整全保健學院共同頒發「運動急救證書」。證書有效期為三年, 以鼓勵學員適時更新知識或持續進修。

### 入學資格

持有有效的急救證書或同等程度的人士、註冊醫護人員、或專業救護員。

### 費用

港幣 500 元, 當中包括學費、課程用品(彈性繃帶及運動繃貼帶)、課本及證書費用。

### 查詢

律敦治及鄧肇堅醫院  
急症科訓練中心  
電話: 3553 3300 傳真: 2572 9058  
電郵: laish@ha.org.hk

### 整全保健學院

電話: 2537 2083 傳真: 2125 8825  
電郵: info@iholistic.org

### 報名

填妥表格後, 連同劃線支票(抬頭請註明“律敦治醫院”, 期票恕不接受)一同寄回香港灣仔皇后大道東 266 號律敦治醫院行政樓 4 樓財務部收。請勿郵寄現金, 並最少於上課日期前 14 個工作天將支票寄回財務部。表格可預先電郵到 laish@ha.org.hk。(如申請人數太多, 申請資料將保留作下次課程之用。)