

長途機



座位夠唔夠 闊？

上期介紹了乘搭飛機所攜手提行李的限制，除了安排行李，個人的舒適亦非常重要。尤其是長途旅行，動輒花上十多個小時逗留在同一空間之中。若出發前有充足的準備，乘搭長途客機不一定是苦事。舒服而配合體形的飛機座位，加上一些隨身個人用品，當可大大減低旅途可能出現的不適。

長途旅程可能引致深靜脈栓塞

「經濟客位綜合症」其實是一個誤稱，正確醫學名稱是深靜脈栓塞 (Deep Vein Thrombosis, 簡稱DVT)。DVT發病並不局限於航機經濟客位，長途旅程乘坐任何交通工具都可能引發DVT，例如：飛機、長途巴士或火車。英國衛生部 (Department of Health) 的研究指出，DVT可能發生於任何超過5個小時的長途旅程。DVT是指身體的血管因血液凝固而產生血栓或血塊，較容易發生於孕婦、長者、吸煙人士、過胖人士、心臟或血管病患者、服用口服避孕藥女士及長時間於低活動量狀態人士。

港人多以飛機作長途旅行的交通工具，本文將集中以飛機為主的長途旅程。不過文中的實用小貼士亦適用於其他的長途旅程，例如近年流行的國內線巴士團。

乘客可能遇到的不適

機艙中氣壓及濕度偏低，乘客較容易出現缺水。家庭醫生李國棟表示，客機內常見的不適包括皮膚敏感及痛症。例如：因空氣乾燥或食物所引致的皮膚、眼、鼻敏感；因氣壓不平衡或耳膜發炎而發生痛楚；或肌肉疼痛，此情況以頸及背部尤為普遍。李醫生提醒患有耳炎、皮膚、眼或鼻敏感的人士應隨身帶備藥物。另外，需要長期服藥的人士應於出發前

徵詢醫生，時差改變後的服藥安排，例如：糖尿病患者一般須於每次進餐前服藥，但乘搭長途客機的進餐時間卻未必與出發地相同。

其實乘客只要在機上不時舒展筋骨及多補充水分，多作吞嚥、咀嚼、甚至打呵欠等簡單的小動作，都有助舒緩乘飛機可能引致的不適，減低DVT病發的風險。

飛機外貌似，機艙內大不同

驟眼來看，每架飛機的外形大同小異，但機艙內的設計就大大不同。每家航空公司可自行安排機艙內的空間規劃及編排，同是波音747型號客機，不同航空公司客機的載客量及座位分布亦有分別。

航班的舒適程度繫於多個因素，座位寬度及前、後座間行距為較普遍的標準。

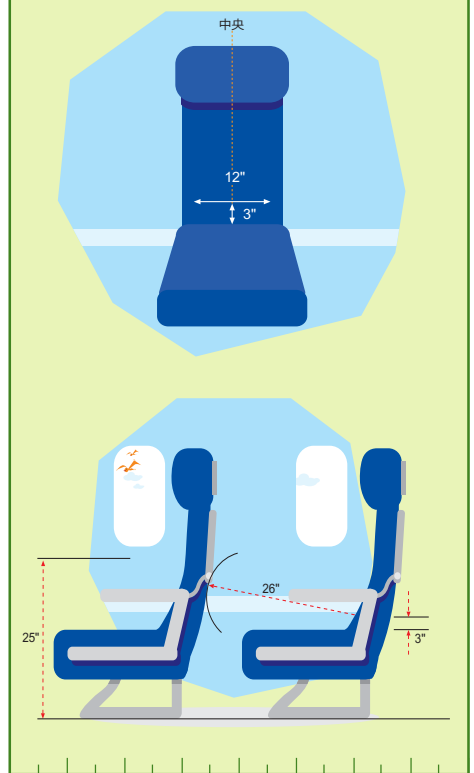
根據國際民航公約組織 (International Civil Aviation Organization, 簡稱ICAO) 的協定，地區或國家的航空機構需要負責監管在當地所註冊的航機。而香港民航處於香港適航管理通告第64條 (Airworthiness Notice No.64) 中已為於本港註冊而其最大總重量超過5,700公斤的航機，座位距離 (或稱座位行距 (seat pitch)) 設有指引：前後座椅之間的行距最少為26吋。量度標準是座椅靠背與前排座椅的任何固定物或設備之間的距離，並於椅背完全垂直的情況下，由地板起往上25吋的空間

客機座位行距量度方法

民航處制定客機的座位行距應不少於26吋，其量度參考點需同時符合下列3個要求：

- ① 須於客機地板與往上25吋的空間之內、
- ② 座位墊子往上3吋的空間；及
- ③ 座位中央的12吋位置以內。

詳情可參閱香港適航管理通告第64條



航空公司長途客機座位資料

航空公司	航線	航機型號	座位闊度 Seat Width (吋)			座位行距 Seat Pitch (吋)		
			經濟	商務	頭等	經濟	商務	頭等
1. 美國航空 American Airlines	日本 - 美國	Boeing 777-200	18.0-18.4	20.0	21.0	34	57-60	88-89
2. 加拿大航空 Air Canada	香港 - 溫哥華/多倫多	Airbus 340-300	17.2	21.0		33	58	
3. 新西蘭航空 Air New Zealand	香港 - 奧克蘭	Boeing 767-300	17.5	18.0		32	50	
4. 英國航空 British Airways	香港 - 倫敦	Boeing 747-400	17.5 尊尚 <18.5>	20.0	20.0	31 尊尚 <38>	73	78
5. 國泰航空 Cathay Pacific	香港 - 世界各地	Boeing 747-400	19.7	26.5	28.0	32	60	79
		Airbus 330-300/340-300	20.75	26.5	28.0	32	60	79
6. 美國大陸航空 Continental Airlines	香港 - 紐約	Boeing 777	17.90	22.0		31-33	55-57	
	香港 - 關島	Boeing 737-800	17.20	21.0		31	38-39	
7. 中華航空 China Airlines	香港 - 台灣 - 各地	Boeing 747-400	沒有提供資料	21.0	21.0	沒有提供資料	47-50	83
		Airbus 343	沒有提供資料	21.0	22.0	沒有提供資料	50	78
8. 阿聯酋國際航空 Emirates Airlines	香港 - 杜拜	Airbus 330-200	17.99	18.25	19.13	32	48-49	69-71
		Boeing 777-300	17.32	19.57	20.02	33-34	44-47	62
9. 芬蘭航空 Finnair	香港 - 曼谷 - 赫爾辛基	MD-11	18.0	19.0		32	50	
10. 法國航空 Air France	香港 - 巴黎	Boeing 777-200ER	17.5	21.3	21.3	32	48	82
11. 荷蘭皇家航空 KLM Royal Dutch Airlines	香港 - 阿姆斯特丹	Boeing 747-400	17.5	20.0		30	60	
12. 大韓航空 Korean Air	香港 - 韓國	Boeing 747-400	17.2	20.0	20.6	33	50	83
		Boeing 777	17.2	20.0		33	50	
13. 馬來西亞航空 Malaysia Airlines	香港 - 馬來西亞 - 各地	Boeing 747-400	18.0	19.8	20.8	34	50	76
		Boeing 777	20.0	26.9	27.0	34	50	72
14. 美國西北航空 Northwest Airlines	香港 - 美國	Boeing 744	17.0	20.0		32	65	
15. 澳洲航空 Qantas Airways	香港 - 澳洲各城市	Boeing 767-300	17.2	17.6		31-32	50	
	香港 - 雪梨	Boeing 747-400	17.2	19.5	21.5	31-32	50	78
16. 新加坡航空 Singapore Airlines	香港 - 三藩市	Boeing 747-400	17.2	20.5	23.0	32	52	78
	香港 - 拉斯維加斯	Boeing 777-200ER	18.5	21.1		33	58	
17. 聯合航空 United Airlines	香港 - 美國	Boeing 747-400	17.0 豪華 <17.0>	19.0	20.5	31 豪華 <35>	55	60

註

[1] 上述資料由航空公司提供。

[2] #4及#17包括四個客位類別，其中"< >"內之數字分別代表"尊尚經濟"及"豪華經濟"的客位資料

[3] 本會共詢問24間航空公司有關該公司的長途客位資料，至截稿日，尚未回覆或不願意提供資料的航空公司，包括：日本航空公司、海灣航空公司、意大利航空公司、德國漢莎航空公司及維珍航空公司。此外，港龍航空公司及泰國航空公司表示沒有承辦由香港出發的長途客機。

[4] 該航線不設頭等機艙

計算為準。但對於航機座位闊度(seat width)暫時尚未有最低要求。

本會於較早前曾去信24間航空公司查詢以香港為起點或途經香港的長途客機中的乘客座位的大小及每行座位之間的距離。從回覆我們的17間航空公司所提供的資料顯示，他們均符合民航處所訂26吋的最低座位行距要求。

資料顯示，不同航空公司的經濟客艙座位闊度由17吋至21吋不等，相差約4吋。商務客位及頭等客位的座位差距則較顯著，分別為9吋及9吋，皆為9吋。

行距方面，經濟客艙由31吋至34吋。商務客艙38吋至73吋及頭等客艙60吋至89吋，其中頭等差距達29吋，相信與部分航空公司推出了睡床式的座椅有關。

飛機座位的設計是立體化的，其舒適程度不能單以座位闊度及座位行距來衡量。航空業界近年紛紛引入新科技，例如人體力學工程去製造更配合人體的座椅設計。上述所列數據均由個別航空公司自願以書面形式提供，詳情可聯絡有關航空公司。

