

預防人因性肌肉骨骼危害計畫

1 依據：

- 1.1 《職業安全衛生設施規則》第 324-1 條。
- 1.2 《職業安全衛生法》第 6 條。

2 目的：

針對勞工長期暴露職場人因性肌肉骨骼危害，所造成之痠痛不適症狀及疾病，採取預防措施。

3 定義：

- 3.1 人因性肌肉骨骼危害：搬運重物、單調高重複性之肢體動作、長時間不自然姿勢等，長期暴露易造成肌肉骨骼或神經系統疾病之人因性危害。

4 權責：

單位人員	權責
4.1 職業安全衛生人員 (下簡稱職安)	4.1.1 蒐集彙整工作資料。 4.1.2 協助執行工作適性建議。
4.2 勞工健康服務護理人員 (下簡稱職護)	4.2.1 蒐集彙整健康資料。 4.2.2 協助執行醫療建議。 4.2.3 追蹤執行成效。
4.3 勞工健康服務醫師、 職業醫學專科醫師	4.3.1 釐清工作危害及健康狀況相關性。 4.3.2 提供醫療及工作適性建議。
4.4 工作現場單位主管、 人力資源及其他相關部門	4.4.1 協助提供工作資料。 4.4.2 執行工作適性建議。

5 健康管理流程 (詳見 附件一)：

5.1 危害辨識與風險評估：

- 5.1.1 個人健康風險評估：員工填寫肌肉骨骼症狀調查表 (附件二)。
- 5.1.2 工作危害風險評估：針對最痠痛不適部位 ≥ 3 分，且症狀與工作相關 (附件二第 4 題) 之員工，由職安或醫師依據員工作業特性，選用合適之檢核表，評估其工作內容人因危害風險。檢核表之選用可參考以下原則：
 - 5.1.2.1 KIM-LHC：搬運重物為主要作業。
 - 5.1.2.2 KIM-PP：推拉重物為主要作業。

5.1.2.3 KIM-MHO：高重複性抓握施力、使用手工具為主要作業。

5.1.2.4 ROSA：電腦辦公文書為主要作業。

5.2 預防與改善措施：

5.2.1 最痠痛不適部位 ≥ 3 分者：醫師與員工會談諮詢，並參考附件二（及人因檢核表），提供醫療與工作適性建議（附件三）：

5.2.1.1 醫療建議：

5.2.1.1.1 健康指導：例如飲食、運動、藥物使用需知。

5.2.1.1.2 轉介就醫：例如就診科別建議、轉介心理師或物理治療。

5.2.1.2 工作適性建議：

5.2.1.2.1 工作內容調整：例如限制負重、變更工作場所或職務。

5.2.1.2.2 工作時間調整：例如限制加班時數、增加休息時間。

5.2.1.2.3 作業環境改善：例如工程控制、變更個人防護具選配。

5.2.2 最痠痛不適部位 2 分者：職護透過會談或電子郵件方式提供員工人因性肌肉骨骼疾病相關預防保健資訊。

5.3 執行成效追蹤：

5.3.1 針對接受醫師會談諮詢之員工，職護以 附件四 追蹤員工健康及工作風險改善情形。

5.3.2 職護每年量化分析本計畫相關之關鍵指標，並綜整紀錄於 附件五。據此定期檢討計畫執行成效、滾動式修訂執行流程及內容。

5.3.3 本計畫相關執行紀錄應依法留存 3 年備查。

6 附件：

6.1 附件一「預防人因性肌肉骨骼危害健康管理流程圖」

6.2 附件二「肌肉骨骼症狀調查表」

6.3 附件三「勞工健康服務會談諮詢及建議採行措施紀錄表」

6.4 附件四「預防人因性肌肉骨骼危害改善追蹤管制表」

6.5 附件五「預防人因性肌肉骨骼危害執行成效統計表」