

臺北基督學院

人因性危害預防計畫

壹、目的

依職業安全衛生法第6條，預防本校教職員工因長期暴露在設計不理想的工作環境、重複性作業、不良的作業姿勢或工作時間管理不當下，引起工作相關肌肉骨骼疾病之發生。

貳、適用範圍

本學校全體教職員工

參、定義

- 一、人因工程：人因工程旨在發現人類的行為、能力、限制和其他的特性等知識，而應用於工具、機器、系統、任務、工作和環境等的設計，使人類對於它們的使用能更具生產力、有效果、舒適與安全。
- 二、工作相關肌肉骨骼傷害：由於工作中的危險因子，如持續或重複施力、不當姿勢，導致或加重軟組織傷病

肆、實施內容

一、權責

(一) 職業安全衛生人員：

- (1) 擬定本計畫、規劃及推動本計畫
- (2) 人因性危害鑑別與風險評估
- (3) 依風險評估結果，規劃預防措施並執行
- (4) 預防肌肉骨骼傷害疾病或其他危害之宣導及教育訓練指導。
- (5) 成效評估與追蹤管控。

(二) 特約臨場健康服務醫護人員：

- (1) 依本計畫對教職員工進行肌肉骨骼傷症狀調查及評估。
- (2) 協助計畫之健康諮詢、面談、宣導及衛教。
- (3) 協助各單位的肌肉骨骼傷病追蹤與轉介。
- (4) 配合及協助具人因性危害之作業現場改善及規劃。

(三) 相關單位主管：

- (1) 參與並協助人因性危害預防計畫推動與執行。
- (2) 配合及協助具人因性危害之作業，現場改善及規劃。

(四) 人事暨行政室：

- (1) 協助提供教職員工異常差勤、缺工請假及就醫記錄。

(2) 負責教職員工工作調整更換之協調與處理。

二、規劃與實施

(一) 高風險群辨識

- (1) 發放「肌肉骨骼傷病症狀調查表(NMQ)」(附表一)，或同步每年度健康檢查對全體員工實施自覺症狀的調查分析。
- (2) 經健康管理及醫療管理記錄篩選，曾有肌肉骨骼傷病或疑似有潛在風險之作業。
- (3) 根據「肌肉骨骼傷病症狀調查表(NMQ)」調查結果，依下表將員工區分為確診疾病、有危害、疑似有危害、無危害等四個等級，並記錄與肌肉骨骼症狀調查一覽表(附表二)。

危害等級	判定標準。	建議處置方案。
確診疾病	確診肌肉骨骼傷病	例如：行政改善。
有危害	通報中的疑似個案、高就醫個案；高離職率、缺工或請假的紀錄。	例如：人因工程改善、健康促進、行政改善。
疑似有危害	問卷調查表中有身體部位的評分在3分以上(包含3分)。	例如：健康促進、行政改善。
無危害	問卷調查表中有身體部位的評分，在2分以下(包含2分)。	管控

(二) 作業分析及危害評估

- (1) 特約臨場健康服務醫護人員進行面談，辨識工作內容中的人因性危害與教職員工的肌肉骨骼症狀是否有相關。若非工作因素，則給予衛教與關懷。
- (2) 若與工作相關，則選用適當的人因工程檢核表(如：KIM、EAWS、ROSA…等等)或勞動部勞動及職業安全衛生研究所之職場健康評估管理系統
<http://public.ioshweb.com/index.html> 之簡易人因危害評估，分析其作業流程內容及動作確認人因性危害因子。

(三) 評估、選定改善方法及執行

(1) 簡易人因工程改善

特約臨場健康服務人員經由「職場健康評估管理系統」之簡易人因危害評估，檢核工作中常見典型的危害及其改善方式，並與教職員工討論、衛教修正因工作時身體姿勢或動作上所致之人因性危害。

(2) 進階人因工程改善

改善方案若是需進行環境、設備與器具之改善，特約臨場健康服務人員與安全衛生人員或其相關部門受過人因工程專業訓練的人員，應進一步討論與評估如何改善設備以減少或避免人因性傷害的產生。

(3) 健康促進與管理

健康服務相關人員提供教職員工健康諮詢與指導，教導教職員工調整適當的工

作姿勢與工作間適時的休息並運用「職場健康管理系統」各類保健運動影片與工作間簡易伸展操…等以舒緩、改善肌肉疲勞，預防肌肉骨骼傷病發生並追蹤管理。

(四) 行政管理

- (1) 藉由教育訓練提升教職員工肌肉骨骼危害預防觀念，強化正確姿勢的重要性。
- (2) 宣導教職員工有效利用合理之工作間休息次數與時間。
- (3) 辦理骨骼肌肉疾病防治、保護、筋膜放鬆、伸展紓壓與各種運動..等相關知識與技能學習強化體適能。

(五) 成效評估及改善

- (1) 實施改善計畫後：每年進行工作環境評估，針對其選定改善方法進行追蹤及瞭解，掌控教職員工肌肉骨骼之傷害改善成效，如果改善成果不佳或惡化時，應重新選定改善方法及執行措施。
- (2) 進行問卷調查：每年度進行「肌肉骨骼症狀問卷(NMQ)」調查，分析工程改善後工作者肌肉骨骼傷害之情形。
- (3) 將「人因性危害預防執行紀錄表」(附件三)回饋作為本計畫之執行與改善指標，於相關會議中報告與定期檢討。

(六) 其他有關安全衛生事項

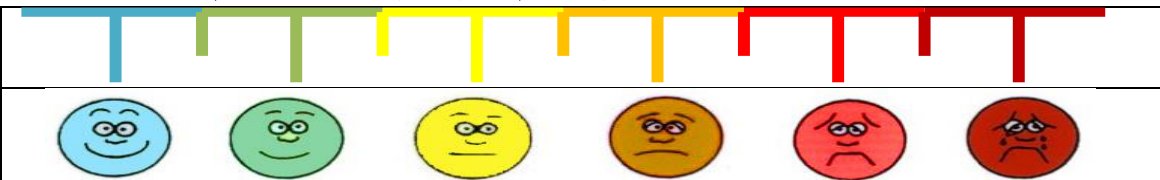


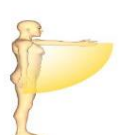



本措施執行紀錄或文件等應歸檔留存三年以上。

附表一

臺北基督學校肌肉骨骼傷病症狀調查表

A. 酸痛不適程度與關節活動能力：(以肩關節為例)

填表日期： 年 月 日

						
關節活動範圍	可自由活動	到極限會酸痛	超過一半會酸痛	只能一半	只能1/4	完全無法自由活動
						
身體活動容忍尺度	不痛	可以忽略	可能影響工作	影響工作	影響自主活動能力	完全無法自主活動
等級	0	1	2	3	4	5

B. 基本資料

廠區	部門	課/組		作業名稱		職稱	
員工編號	姓名	性別	年齡	年資	身高	體重	慣用手
		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女					<input type="checkbox"/> 左手 <input type="checkbox"/> 右手

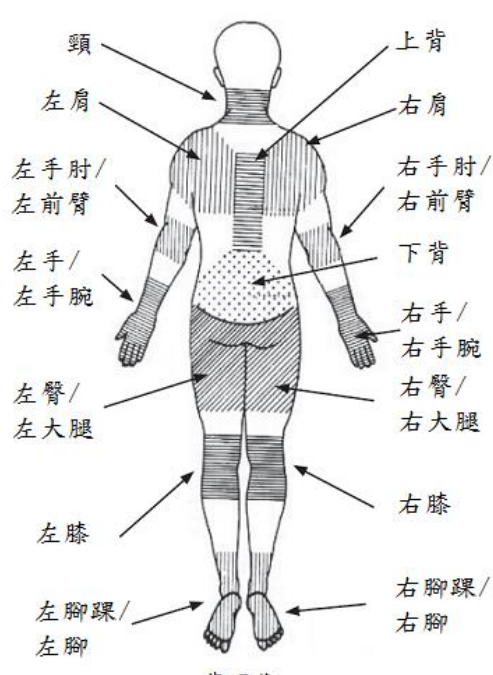
1. 您在過去的1年內，身體是否有長達2星期以上的疲勞、酸痛、發麻、刺痛等不舒服，或關節活動受到限制？

否 是 (若否，結束此調查表；若是，請繼續填寫下列表格。)

2. 下表的身體部位酸痛、不適或影響關節活動之情形持續多久時間？

1個月 3個月 6個月 1年 3年 3年以上

C. 症狀調查。

<p>不痛 極度劇痛</p> <p>0 1 2 3 4 5</p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p>	 <p style="text-align: center;">背面觀</p>	<p>不痛 極度劇痛</p> <p>0 1 2 3 4 5</p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p>
---	---	--

- 其他症狀、病史說明

附表二

肌肉骨骼傷病調查一覽表

危害情形		員工人數	建議
確診疾病	確診肌肉骨骼傷病	名	
		小計： 名	
有危害	通報中的疑似肌肉骨骼傷病	名	
	異常離職	名	
	經常性病假、缺工	名	
	小計： 名		
疑似有危害	問卷調查表 (NMQ) 中有身體部位的評分在 3 分以上 (包含 3 分)	名	
	小計： 名		
		以上累計： 名	
無危害	問卷調查表 (NMQ) 身體部位的評分都在 2 分以下 (包含 2 分)	名	
		總計： 名	
		未填寫傷病問卷調查： 名	
		全體員工： 名	

附表三

人因性危害預防執行紀錄表

最後修訂日期			
簽核日期			
公告日期			
NMQ 填寫日期			
評估日期			
執行項目	執行結果	人次	百分比
1. 肌肉骨骼症狀調查表(NMQ)	1.1 應填人數		
	1.2 實填人數		
	1.3 任一部位症狀達3分以上者		
	1.3.1 已完成再評估者		
	1.3.2 確定任一部位症狀達3分以上者		
	1.3.3 與工作無關者		

	1.3.3.1 已完成健康指導並結案者		
	1.3.4 疑似與工作相關者		
	1.3.4.1 已完成醫師面談及現場訪視者		
2. 健康促進	2.1 已安排復健並持續追蹤者		
	2.2 已安排工作站改善計畫者		
	2.3 症狀已改善且結案者		