

勞工健康服務

長庚大學 勞工健康服務護理人員 邱品蓁 #3884

D000018184@cgu.edu.tw

辦公室位置:第一醫學大樓2樓 環保暨安全衛生室

- **員工體格/健康檢查**
- **職業醫師臨場服務**
- **母性勞工健康保護計畫**
- **異常工作負荷促發疾病預防計畫**
- **人因性危害預防計畫**
- **執行職務遭受不法侵害預防計畫**
 - **職業傷害報告表**

員工體格/健康檢查

法規依據：《勞工健康保護規則》

第16條 雇主僱用勞工時，應依附表九所定之檢查項目實施一般體格檢查。

第17條 雇主對在職勞工，應依下列規定，定期實施一般健康檢查：

- 一、年滿六十五歲者，每年檢查一次。
- 二、四十歲以上未滿六十五歲者，每三年檢查一次。
- 三、未滿四十歲者，每五年檢查一次。

- 免實施新進人員體格檢查情形：
 - 一、臨時性或短期性工作，工作期間在6個月以內。
 - 二、**半年內**有其他體格/健康檢查報告。
- 本校健康檢查於每年9月辦理，健檢費用由學校提供：
 - 全校性：每兩年施行一次 **(優於法規)**
 - 特定性：依照法規每年施行一次(針對65歲以上、特殊作業:甲醛、游離輻射作業)
 - 檢查結果異常者：可預約職業醫師諮詢。
- 沒參加到學校辦理的健康檢查怎麼辦?
補檢(醫院提供時間，會公告，請留意相關訊息)
- 每4年1次編制內教職員工低劑量肺部電腦斷層檢查

※請協助將學校公告信件轉發給專任計畫助理(很多助理只收醫院信箱)

職業醫師臨場服務

法規依據：《勞工健康保護規則》

第3條 事業單位勞工人數在三百人以上或從事特別危害健康作業之勞工人數在五十人以上者，應僱用或特約從事勞工健康服務之醫師及僱用從事勞工健康服務之護理人員，辦理勞工健康服務。

- 長庚醫院醫師每月3次職業醫師臨場服務
Dr.陳昭源《家庭醫學科、職業專科》
Dr.方薇青《家庭醫學科、健康服務醫師》
Dr.陳怡如《家庭醫學科、健康服務醫師》
- 提供**15~30分鐘免費專業諮詢**，採**預約制**。
- 為尊重同仁個人隱私，將安排可維護隱私的空間，進行一對一健康諮詢。
- 看診內容：健康檢查報告諮詢、四大計畫



母性勞工健康保護計畫

法規依據：《職業安全衛生法》

第31條 雇主應對有母性健康危害之虞之工作，採取危害評估、控制及分級管理措施；對於妊娠中或分娩後未滿一年之女性勞工，應依醫師適性評估建議，採取工作調整或更換等健康保護措施，並留存紀錄。

如員工請產檢假、產假，NOTES會跳通知給勞工健康服務護理人員。

- 作業場所危害評估：協同職業安全衛生專責人員對作業場所進行物理、化學、生物、人因性危害及工作壓力的評估。
- 職業醫師訪談：依據員工自我評估表及作業場所危害評估，予工作適性安排建議。
- 如需進行工作調整將通知單位主管。

※如獲知單位同仁懷孕，請協助通知環安室，以利後續作業。

人因性危害預防計畫

法規依據：《職業安全衛生法》

第6條 雇主對下列事項，應妥為規劃及採取必要之安全衛生措施：

- 一、重複性作業等促發肌肉骨骼疾病之預防。
- 二、輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病之預防。
- 三、執行職務因他人行為遭受身體或精神不法侵害之預防。
- 四、避難、急救、休息或其他為保護勞工身心健康之事項。

※>3分，至工作環境現場進行評估並安排醫師訪談。

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

否，結束此調查 是，請續填下列題目

2. 此身體部位痠痛、不適或影響關節活動之情形，已經持續多久時間？

1個月 3個月 6個月 1年 3年 3年以上

C-1 填寫說明：



C-2 填答表格

極度痠痛	1	2	3	4	5	極度痠痛
	<input type="checkbox"/>					
頭						上背
左肩						右肩
左手肘/左前臂						右手肘/右前臂
左手/左手腕						下背
左臀/左大腿						右手/右手腕
左膝						右臀/右大腿
左腳踝/左腳						右膝
						右腳踝/右腳

背面觀

執行職務遭受不法侵害 預防計畫

法規依據：《職業安全衛生法》

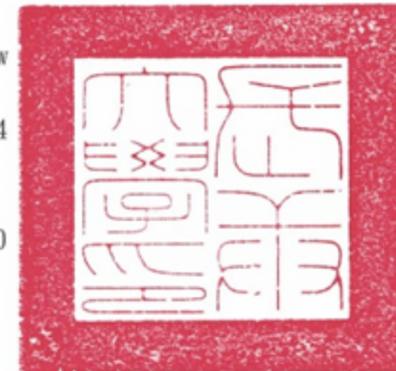
第6條 雇主對下列事項，應妥為規劃及採取必要之安全衛生措施：

- 一、重複性作業等促發肌肉骨骼疾病之預防。
- 二、輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病之預防。
- 三、執行職務因他人行為遭受身體或精神不法侵害之預防。
- 四、避難、急救、休息或其他為保護勞工身心健康之事項。

長庚大學禁止執行職務遭受不法侵害之書面聲明

本校為保障所有教職員在執行職務過程中，免於遭受身體或精神不法侵害而致身心疾病特以書面加以聲明，絕不容忍任何本校教職員間有職場不法侵害行為。

- 一、執行職務遭受不法侵害之定義：教職員在與工作相關的環境中(包含通勤)遭受虐待、威脅或攻擊，以致於明顯或隱含地對其安全、福祉或健康構成侵害的事件。
- 二、不法侵害的樣態：
 - (一)肢體暴力(如：毆打、抓傷、拳打、腳踢等)。
 - (二)精神暴力(如：威脅、欺凌、騷擾、辱罵等)。
 - (三)言語暴力(如：霸凌、恐嚇、干擾、歧視等)。
 - (四)性騷擾(如：不當的性暗示與行為等)。
- 三、執行職務遭受不法侵害之因應做法：
 - (一)通報主管，或向同事尋求建議與支持。
 - (二)與加害者理性溝通，表達自身感受。
 - (三)思考自身有無缺失，請同事誠實評估你的為人與表現，找出問題。
 - (四)盡可能以錄音或任何方式記錄加害者行為做為證據。
 - (五)向學校提出申訴。
- 四、本校所有教職員均有責任協助確保免於不法侵害之工作環境，任何人目睹或聽聞不法侵害事件發生，應立即通報，本校接獲申訴後會進行保密調查；調查屬實者，將會進行懲處。
- 五、本校絕對禁止對申訴者、通報者或協助調查者有任何報復行為，若有，將會進行懲處。
- 六、本校鼓勵工作者均能利用所設置之內部申訴機制處理此類糾紛，但如工作者需要額外協助，亦將盡力協助提供。
- 七、本校職場暴力通報管道：
 - (一)性騷擾/霸凌/侵害
性平會通報電話：(03)2118428
通報電子信箱：gender@mail.cgu.edu.tw
 - (二)言語、精神暴力
環安室通報電話：(03)2118800 分機3884
通報電子信箱：tylee@mail.cgu.edu.tw
 - (三)肢體暴力
警衛組通報電話：(03)2118800 分機5000



執行職務遭受不法侵害 預防計畫

- 什麼是執行職務遭受不法侵害？
指勞工因執行職務，於勞動場所遭受雇主、主管、同事、服務對象或其他第三方之不法侵害行為，例如職場暴力或性騷擾等。
- 分為四種類型：
 - 1.肢體不法侵害：毆打、抓傷、拳打、腳踢等
 - 2.心理不法侵害：威脅、欺凌、騷擾、辱罵等
 - 3.言語不法侵害：霸凌、恐嚇、干擾、歧視等
 - 4.性騷擾：不當的性暗示與行為等

- 111年6月1日上路的《跟蹤騷擾防制法》
本法所稱跟蹤騷擾行為，指以人員、車輛、工具、電子通訊、網際網路或其他方法，對特定人反覆或持續為違反其意願且與性或性別有關之下列行為之一，使之心生畏怖，足以影響其日常生活或社會活動：



職業傷害報告表

所需文件：

一、填寫長庚大學職業傷害報告表。(交通事故為例)

附件：1.診斷證明書

2.受傷照片

3.報案三聯單

4.上下班交通路線圖

5.行照及駕照影本

二、預約職醫面談。

長庚大學職業傷害報告表

107年6月15日修正

填表單位：

填表日期：年 月 日

姓名	出生年月	年 月	性別	職稱				
發生時間	年 月 日 時 分	身分	<input type="checkbox"/> 本國-非原住民 <input type="checkbox"/> 本國-原住民 <input type="checkbox"/> 外籍(國籍)					
發生地點	別							
受傷部位	打代碼	受傷部位	打代碼	受傷部位	打代碼	受傷部位	打代碼	受傷部位
	01	頭(含眼、耳、鼻、口腔、下顎骨)	07	肘	13	手	19	膝
	02	臉頰(不含頭部之臉頰)	08	前膝	14	指	20	腿
	03	頸	09	腕	15	腰	21	足
	04	肩	10	胸	16	臀	22	內臟
	05	鎖骨	11	肋骨	17	氣管	23	全身
	06	上脛	12	背	18	股	24	其他
災害類型	打代碼	分類項目	打代碼	分類項目	打代碼	分類項目		
	01	墜落、滾落、	08	被切、割、擦傷	15	物體破裂		
	02	跌倒	09	絆踏	16	火災		
	03	衝撞	10	溺斃	17	不當動作		
	04	物體飛落	11	與高溫、低溫之接觸	18	其他		
	05	物體倒塌、崩塌	12	與有毒物等之接觸	21	上下班公路交通事故		
	06	被撞	13	感電	22	上下班鐵路交通事故		
07	被夾、被擠	14	爆炸	29	上下班其他交通事故			
失能傷害損失(請假)天數		媒介物		(詳備註分類表)				
內容	1.發生經過							
	2.治療經過(附診斷證明)							
改善對策								
校長	人事室	環安室	單位主管					

【備註】1.申請職業傷害公傷假，請於傷害發生日起7日內完成核簽。

2.本表呈報後，影本分送人事室及環安室備查。

3.媒介物分類表。

異常工作負荷 促發疾病預防計畫

法規依據：《職業安全衛生法》

第6條 雇主對下列事項，應妥為規劃及採取必要之安全衛生措施：

- 一、重複性作業等促發肌肉骨骼疾病之預防。
- 二、輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病之預防。
- 三、執行職務因他人行為遭受身體或精神不法侵害之預防。
- 四、避難、急救、休息或其他為保護勞工身心健康之事項。

附表一、長庚大學異常工作負荷促發疾病預防計畫過負荷量表

一、個人疲勞 (請填寫無誤部分)

- | | | | | | |
|-----------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| 1. 你常覺得疲勞嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 2. 你常覺得身體上體力透支嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 3. 你常覺得情緒上心力交瘁嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 4. 你常會覺得，「我快要撐不下去了」嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 5. 你常覺得精疲力竭嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 6. 你常常覺得虛弱，好像快要生病了嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |

各選項分數轉換如下：(1)100 (2)75 (3)50 (4)25 (5)0，
各題的得分相加後平均，可得個人疲勞分數=_____

二、工作疲勞 (請填寫無誤部分)

- | | | | | | |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| 1. 你的工作會令人情緒上心力交瘁嗎? | <input type="checkbox"/> (1)很嚴重 | <input type="checkbox"/> (2)嚴重 | <input type="checkbox"/> (3)有一些 | <input type="checkbox"/> (4)輕微 | <input type="checkbox"/> (5)非常輕微 |
| 2. 你的工作會讓你覺得快要累垮了嗎? | <input type="checkbox"/> (1)很嚴重 | <input type="checkbox"/> (2)嚴重 | <input type="checkbox"/> (3)有一些 | <input type="checkbox"/> (4)輕微 | <input type="checkbox"/> (5)非常輕微 |
| 3. 你的工作會讓你覺得挫折嗎? | <input type="checkbox"/> (1)很嚴重 | <input type="checkbox"/> (2)嚴重 | <input type="checkbox"/> (3)有一些 | <input type="checkbox"/> (4)輕微 | <input type="checkbox"/> (5)非常輕微 |
| 4. 工作一整天之後，你覺得精疲力竭嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 5. 上班之前只要想到又要工作一整天，你就覺得沒力嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 6. 上班時你會覺得每一刻都很難熬嗎? | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |
| 7. 不工作的時候，你有足夠的精力陪朋友或家人嗎?(反向題) | <input type="checkbox"/> (1)總是 | <input type="checkbox"/> (2)常常 | <input type="checkbox"/> (3)有時候 | <input type="checkbox"/> (4)不常 | <input type="checkbox"/> (5)從未或幾乎從未 |

第1-6題選項分數轉換如下：(1)100 (2)75 (3)50 (4)25 (5)0
第7題為反向題，分數轉換為：(1)0 (2)25 (3)50 (4)75 (5)100
將各題的得分相加後平均，可得工作疲勞分數=_____

異常工作負荷 促發疾病預防計畫

依據國際勞工組織（ILO）2005 年推估，職業原因於循環系統疾病之貢獻度為 23%；歐盟相關研究推估職業原因於冠狀動脈心臟疾病之貢獻度為 5-10%；丹麥於 2003 年之研究，推估職業原因於缺血性心臟疾病之貢獻度，男性為 17%，女性則為 22%。



hello醫師

過勞

7大常見症狀 有這些！

- 長時間
感覺疲累
- 總感覺病懨懨
容易感冒
- 記憶
注意力減退
- 壓力大
常焦慮
- 長期熬夜
或失眠
- 工作效率
降低
- 對事物失去
興趣或熱情

異常工作負荷 促發疾病預防計畫

附表二、長庚大學異常工作負荷促發疾病預防計畫過負荷問卷

一、基本資料					
姓名		年齡		性別	
單位		職稱		填寫日期	年 月 日
				電子信箱	
二、個人過去病史(經醫師確定診斷，可複選)					
<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 睡眠相關呼吸疾病(如睡眠呼吸中止症) <input type="checkbox"/> 情感或心理疾病 <input type="checkbox"/> 中樞神經系統疾病(如癲癇、脊椎疾病) <input type="checkbox"/> 血脂肪異常 <input type="checkbox"/> 眼睛疾病(不含可以矯正之近視或遠視) <input type="checkbox"/> 聽力損失 <input type="checkbox"/> 周邊神經系統疾病(如腕隧道症候群) <input type="checkbox"/> 氣喘 <input type="checkbox"/> 心臟循環系統疾病(如高血壓、心律不整) <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 上肢或下肢疾病(如會導致關節僵硬、無力等症狀之疾病) <input type="checkbox"/> 長期服藥，藥物名稱：_____					
<input type="checkbox"/> 其他 _____					
三、家族史					
<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 父母、祖父母、子女中，男性於 55 歲、女性於 65 歲前發生狹心症或心絞痛 <input type="checkbox"/> 家族中有中風病史 <input type="checkbox"/> 其他 _____					
四、生活習慣史					
抽菸 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(每天 _____ 包、共 _____ 年) <input type="checkbox"/> 已戒菸 _____ 年					
五、健康檢查項目					
※最近一次健康檢查時間：_____年_____月					
※若已參與學校健檢，將自動帶入資料，即下列數據不需填寫)					
1. BMI[(體重(公斤)/身高(公尺) ²]=_____		4. 血壓 _____ / _____ mmHg			
2. 腰圍 _____ cm		5. 總膽固醇 _____			
3. 空腹血糖 _____		6. 高密度膽固醇 _____			
		7. 三酸甘油脂 _____			

六、工作相關因素

- 近六個月平均加班時數：平均每月 _____ 小時
- 日常伴隨緊張之工作負荷(可複選)
 - 無
 - 經常負責會威脅自己或他人生命、財產的危險性工作
 - 有迴避危險責任的工作
 - 關乎人命、或可能左右他人一生重大判決的工作
 - 處理高危險物質的工作
 - 可能造成社會龐大損失責任的工作
 - 有過多或過分嚴苛的限時工作
 - 需在一定的期間內(如交期等)完成的困難工作
 - 負責處理客戶重大衝突或複雜的勞資紛爭
 - 無法獲得周遭理解或孤立無援狀況下的困難工作
 - 負責複雜困難的開發業務、或公司重建等工作
- 有無工作相關突發異常事件(如近期發生車禍、車子於行駛中發生重大故障等)
 - 無 有：_____
- 工作環境中有無組織文化、職場正義問題(如職場人際衝突、內部溝通管道不足)
 - 無 有：_____

七、非工作相關因素

- 家庭因素問題 無 有：
- 經濟因素問題 無 有：

受評估者簽名：_____

◎經評估具「職業促發腦心血管疾病風險」者，環安室將進行風險管理。

異常工作負荷 促發疾病預防計畫

十年內心血管疾病風險		風險程度		
<10%		低度風險		
10%-20%		中度風險		
≥20%		高度風險		
職業促發腦心血管疾病 風險等級		工作負荷		
		低負荷	中負荷	高負荷
十年腦心血管 疾病風險	<10%	低度風險	低度風險	低度風險
	10-20%	低度風險	中度風險	高度風險
	≥20%	低度風險	高度風險	高度風險

※中、高風險將安排職業醫師訪談

心力評量表 - 估算您十年內發生缺血性心臟病的機會有多高?

(本表為「Framingham Risk Score (佛萊明漢) 危險預估評分表」簡稱心力評量表, 使用時請洽詢醫療人員協助評估與說明!)

步驟 1: 年齡

年齡	女分數	男分數
30~34 歲	-9	-1
35~39 歲	-4	0
40~44 歲	0	1
45~49 歲	3	2
50~54 歲	6	3
55~59 歲	7	4
60~64 歲	8	5
65~69 歲	8	6
70~74 歲	8	7

步驟 2: 膽固醇

膽固醇 (mg/dl)	女分數	男分數
<160	-2	-3
160~199	0	0
200~239	1	1
240~279	1	2
≥280	3	3

步驟 3: 高密度膽固醇

高密度膽固醇 (mg/dl)	女分數	男分數
<35	5	2
35~44	2	1
45~49	1	0
50~59	0	0
≥60	-3	-2

步驟 4: 血壓

血壓 mmHg	女分數	男分數
<120/80	-3	0
120~129/80~84	0	0
130~139/85~89	0	1
140~159/90~99	2	2
≥160/100	3	3

當收縮壓與舒張壓分數不同時, 取分數較高者。

步驟 5: 糖尿病

糖尿病	女分數	男分數
無	0	0
有	4	2

步驟 6: 吸菸

吸菸	女分數	男分數
無	0	0
有	2	2

步驟 7: 總分

將各項分數相加		將各項分數相加	
年齡	分	年齡	分
膽固醇	分	膽固醇	分
高密度膽固醇	分	高密度膽固醇	分
血壓	分	血壓	分
糖尿病	分	糖尿病	分
吸菸	分	吸菸	分
總分 =	分	總分 =	分



步驟 8: 十年內發生缺血性心臟病的機率

總分	女發生率	總分	女發生率	總分	男發生率	總分	男發生率
≤-2	1%	8	7%	<-1	2%	9	20%
-1	2%	9	8%	0	3%	10	25%
0	2%	10	10%	1	3%	11	31%
1	2%	11	11%	2	4%	12	37%
2	3%	12	13%	3	5%	13	45%
3	3%	13	15%	4	7%	≥14	≥53%
4	4%	14	18%	5	8%		
5	4%	15	20%	6	10%		
6	5%	16	24%	7	13%		
7	6%	≥17	≥27%	8	16%		

步驟 9: 與預估發生率比較

年 齡	十年內發生缺血性心臟病的機率	
	(女)	(男)
30~34 歲	<1%	2%
35~39 歲	1%	3%
40~44 歲	2%	4%
45~49 歲	3%	4%
50~54 歲	5%	6%
55~59 歲	7%	7%
60~64 歲	8%	9%
65~69 歲	8%	11%
70~74 歲	8%	14%

(以無吸菸、無糖尿病、血壓、膽固醇正常者估算)

步驟 10: 您預估的發生率相當於 _____ 歲 (本測量結果僅供參考, 若需進一步瞭解或處理請洽詢專業醫師)
資料來源: Peter W.F. Wilson, et al. Circulation. 1998;97:1837-1847

Q&A

感謝指教