職業安全健康局
Occupational Safety & Health Council
第43期

醫護服務業

安全健康通訊
2017年8月

體力處理操作安全要點

前言

現時很多需求勞動力密集的工序均趨向使用自動化的機械設備，但仍有不少涉及體力處理操作的工序是不能完全被機械化取替。醫護業界的從業員經常需要搬移院友、儀器及推輪椅等等，涉及重複的搬運動作，如搬運時採用了不正確的姿勢，有機會導致腰背受傷或勞損。在2016年勞工處對人類保健服務業所收集的職業傷亡統計數字，有33.5%是因提舉或搬運物件時受傷。今期的安全健康通訊，我們會着重講體力處理操作安全要點。

法例保障

凡需進行體力處理操作的僱員，都受《職業安全及健康規例》第VII部的條文保障。規例要求工作地點的負責人對體力處理操作的工序進行風險評估，並採取合理及切實可行的措施，以減低提舉或搬運受傷的危害，其中包括向僱員提供有關體力處理操作潛在危害的資料，及提供機械輔助設備和合適的個人防護設備。這些措施，有助改善及控制體力處理操作工序的危害，從而減少意外的發生。

- 避免僱員進行有危害的體力處理操作；
- 就那些不可避免而有危害的體力處理操作進行風險評估；
- 作出預防性和保護性措施去減低僱員受傷的風險；及
- 向僱員提供相關的資料及足夠的訓練。

而僱員必須：

- 在進行體力處理操作時，顧及自己和他人的安全；及
- 與僱主合作減少在進行體力處理操作所引起的危險。

醫護業界體力處理操作的危險因素

最常涉及搬移病人的護理工序包括：協助病人淋浴或如廁、餵食、更換床單、運送病人、協助病人轉移或走動等。要減低員工受傷機會，可借助機械輔助設備。為員工提供機械輔助設備，主要是減輕員工進行體力處理操作時的負荷，藉此提高效率，亦可減低受傷機會。

搬移病人的風險因素

- 不正確的搬移姿勢容易令到身體受傷，例如扭傷、拉傷及腰背損傷。

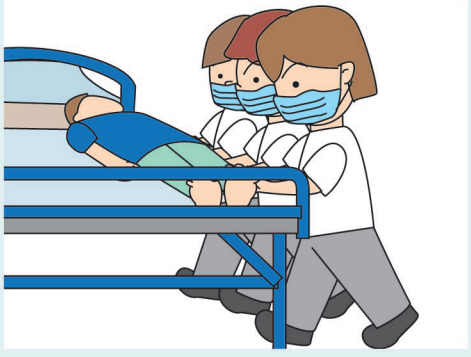
預防及保護措施

個人搬移方法：

在情況許可下，搬運時護士可從旁指導。而在搬移前，先檢查所有設備的穩定性，例如輪椅或病床的滑輪是否鎖上，以避免病人因設備滑動而失重心，跌倒受傷。

二人合力搬移：

進行搬移前應先評估個人能力，為免腰部過度負荷，可選擇二人合力搬移。而當需要二人合力搬移時，動作須合拍。



集體搬移方法：

若採用集體搬移前，應注意以下要點：

- 先考慮病人的情況及搬運人員的個人能力，再決定搬移的方法。
- 安排及預備足夠人手搬移。
- 選出一人發號指令，以統籌動作之合拍性。
- 搬運人員的高度和能力應大致相同，所有人應有足夠訓練，以免令自己或他人受傷。

利用輔助工具：

若床過床，應利用適合的輔助工具運送，例如滑板及担床等，以減低搬移時的風險。而搬移時，床與床須緊貼，並把病床滑輪鎖上。若病人需要搬移較遠距離，可選用吊重機，並確保吊重機進行定時檢查及維修，能夠正常操作。此外，員工在搬移病人時亦可利用吊環、滑板及其他輔助器材，並盡量取得病人的合作，以減少體力處理操作。

負荷物／病人的特性

當搬移身形過大或過重、倚賴程度高、認知度低、不合作及平衡能力弱的病人時，護理人員因此而受傷的風險便會大大提高。若病人於搬移期間突然情緒失控而作出一些沒意識的危險行為，護理人員便更容易受傷。

預防及保護措施

- 搬移病人前，應先進行評估，選擇適當的人手及方法；
- 情況許可下，由一組同事合力搬移病人；
- 選用適當的輔助器材，例如：升降設施；及
- 經風險評估後，對於那些神智不清或具侵略性的病人可根據個別醫院的「約束指引」預先為他們穿上約束帶或安全背心。

工作環境

一般病房的環境較為狹窄，令護理人員有時無法使用正確的姿勢工作。

預防及保護措施

- 在搬移病人前，先安排足夠的活動空間；
- 搬移或清除通道上的障礙物；
- 保持通道良好的照明，尤其在晚間；
- 保持工作間整潔及通道暢通；
- 保持地面乾爽，如地面有積水，應儘快清理；及
- 可在經常沾濕的地面上（例如：洗手間）加上表面防滑處理。

在整個護理過程中，搬移病人是其中一項高風險的體力處理操作工序，我們應進行適當的風險評估，了解其風險因素及作出相對的控制措施。要預防因不適當的體力處理操作所引致的常見肌肉與骨骼問題，員工可於工作前作適當的伸展運動，正確地使用所提供的輔助設施，實踐正確的搬移及運送病人技巧以減低因不適當的體力處理操作方法而引致受傷。

有獎問答遊戲抽獎結果：

第41期醫護服務業安全健康通訊
答案：1. C 2. A 3. A
得獎者：譚玉銘、趙碧蓮、陳瑞萍、張詩雅及周佩然

恭喜以上各得獎者，得獎者已獲專函通知領獎事宜。

職安健訓練課程

人力提舉及搬運（安老院護理人員）M(EH)

安老院護理人員負責日常照顧長者的起居飲食，還要以體力協助長者行動。護理人員在扶抱和搬移長者時，如姿勢不正確，會引致腰背受傷。本課程旨在為安老院護理人員提供正確的人力提舉及扶抱方法；安全使用輔助起重器等輔助設備；理解不正確的提舉方法對身體所造成的傷害；以及簡單的腰背護理。

如欲索取更多有關職安健課程資料，請致電2311 3322或3106 2000與職安局訓練中心聯絡。

有獎問答遊戲

請☑正確答案及填妥下列表格，郵寄或傳真回2739 9779本局總辦事處，信封面請註明「醫護服務業安全健康通訊問答遊戲」。截止日期：2017年11月24日。

中文姓名	*必須與香港身份證姓名相同*	香港身份證號碼	*只須填寫首四個號碼，例如：A123XXX(X)*
地址			
聯絡電話			

所有資料將於活動結束後銷毀。

1. 根據勞工處，在2016年人類保健服務業所收集的職業傷亡統計數字中，有多少是因提舉或搬運時受傷？

A. 31.5% ☐
B. 32.5% ☐
C. 33.5% ☐

2. 下列哪項不是體力處理操作的主要風險因素？

A. 物件的重量 ☐
B. 工作的性質 ☐
C. 工作的薪酬 ☐

3. 以下哪項措施可減少員工搬運時身體的伸展距離？

A. 提供負荷物的資料 ☐
B. 放置負荷物在適當的高度 ☐
C. 加大負荷物的重量 ☐

參加細則

1. 歡迎年滿15歲或以上的香港居民參加，每人只限參加一次。
2. 得獎者的姓名必須與香港身份證上的姓名相同，否則將被取消得獎資格。
3. 參加者有機會贏得價值$150超市禮券。
4. 主辦機構之員工及其直系家屬均一律不得參加。
5. 得獎結果以主辦機構的決定為準，各得獎者將獲專函個別通知。
6. 主辦機構保留更改有關是項活動事宜的權利，恕不另行通知。
7. 倘有任何爭議，一切以主辦機構的決定為最終決定。
8. 歡迎複印參加表格。

免費訂閱表格

本人對醫護服務業安全健康通訊感興趣，並希望以電子郵件索取：

中文姓名		英文姓名	
電子郵件			

填妥後請將表格傳真至 2739 9779 職業安全健康局

收集個人資料聲明

1. 你向職業安全健康局（「本局」）所提供的資料，包括《個人資料（私隱）條例》所指的個人資料，只會用於相關活動。
2. 為讓你得知最新的本局活動，本局將使用你的個人資料，包括你的姓名、電話號碼、郵寄和電郵地址，將有關職業安全健康訓練課程、活動、服務及資訊提供給你。你的個人資料亦可能被用作本局之研究及統計用途。
3. 你可選擇是否同意接收上述資訊。若不同意的話，請於下列拒收資訊一欄之空格內加上「✓」號*。
4. 你有權要求查閱及修正你的個人資料。有關申請須以書面向本局提出，地址為香港北角馬寶道28號華匯中心19樓。

☐ * 本人不同意日後接收由職業安全健康局發出其活動和相關的資訊。

簽署		日期	

職業安全健康局
醫護服務業安全及健康委員會
地址：香港北角馬寶道28號華匯中心19樓
電話：2739 9377
傳真：2739 9779
電郵：oshc@oshc.org.hk
網址：www.oshc.org.hk
OSHC HK

採用環保紙印製