

# 職業健康

職業健康探討職業與健康的關係，包括研究職業病的成因，以保障在職人士的身體健康，增進健康水平、並提高工作效率。

在工作環境中，影響健康的危害來自物理性、化學性、生物性、人體功效因素，以及心理因素。



職業安全健康局  
OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH COUNCIL



工作  
安全健康  
safety at work



# 認識各種職業健康危害因素

## 一. 物理性有害因素

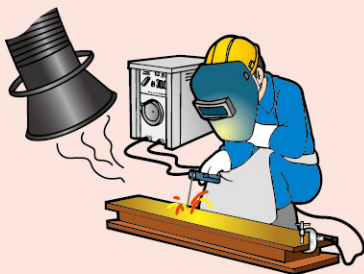
### 1 噪音和震動

長期接觸高噪音又不佩戴有效的聽覺保護器會導致失聰；長期使用震動工具(如風鑽)會令手部疼痛、麻痺，甚至喪失工作能力。



### 2 光線過強或過暗

過光、過暗、炫光及顏色不協調，可引致眼睛疲勞、眼痛、甚至頭痛及頭暈；電焊時產生的紫外線能損害眼睛，導致電光性眼炎。



### 3 過熱、過冷

高溫下工作可能引致中暑；在凍房內工作的人士，身體容易產生凍瘡。



### 4 氣壓的變化

加壓隧道的工作人員及潛水員，當返回正常氣壓而無適當的減壓時，可能會產生減壓病，患者關節疼痛、甚至頭暈及嘔吐等。



### 5 電離輻射

當身體長時間接觸電離輻射，如操作X光機或使用放射物質而無適當的防護措施，便有機會因接觸過量輻射而患上血癌或肺癌等疾病。





## 二. 化學性危害因素



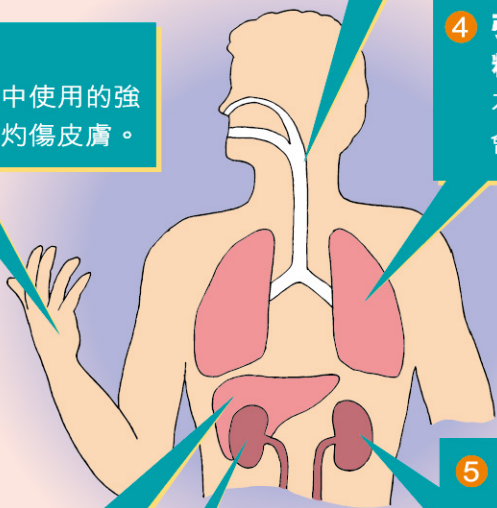
**1 刺激：**  
燒焊產生的煙霧會刺激呼吸道，造成支氣管敏感。

**2 腐蝕：**  
電鍍過程中使用的強酸及鹼會灼傷皮膚。

**4 引致呼吸道病變的粉塵微粒：**  
石礦場產生的矽塵會引致矽肺病。

**3 有毒：**  
吸入過量乾洗或除污用的溶劑如四氯乙烯，會損害肝臟或腎臟。

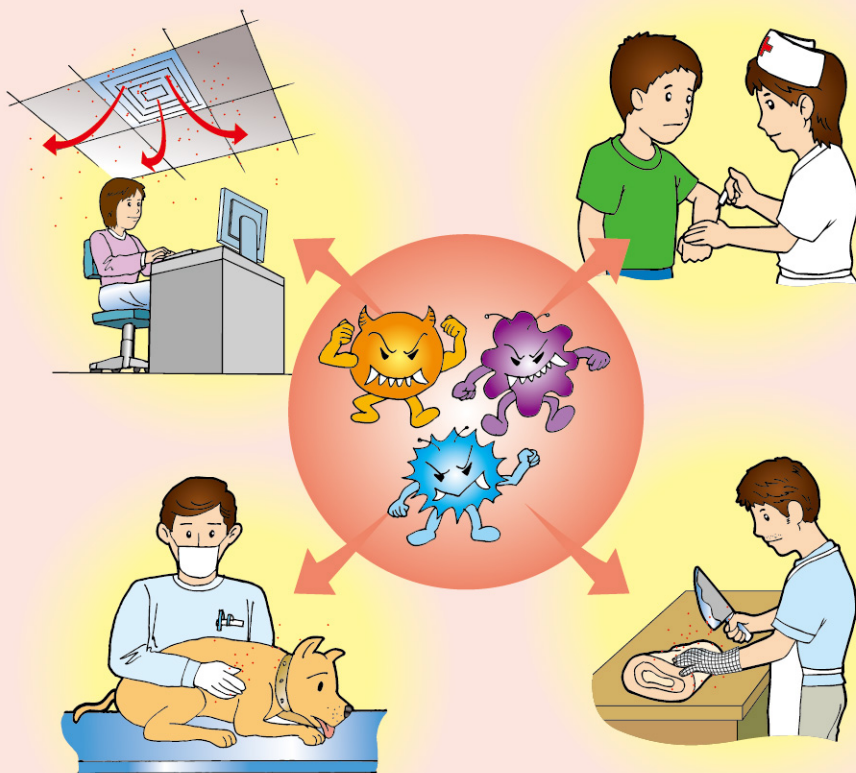
**5 重金屬：**  
電鍍或製造鎳鎘電池所用的鎘，吸入人體後會損害腎臟。





### 三. 生物性危害因素

醫護人員及化驗室工作人員，可因接觸病人或他們的血液、分泌物、排泄物等，感染到傳染病如肺結核、愛滋病等。一些經常接觸動物的人士，如屠夫、農夫、製革工人、獸醫等，較容易感染到炭疽病、馬鼻疽病及禽流感等傳染病。在有鼠類出沒的地方工作，如渠務工人便有機會染上鉤端螺旋體病。除此之外，不良的通風系統亦會成為細菌溫床，如退伍軍人病便是通過這些系統傳播。



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  
職安熱線：2739 9000 職安資訊傳真服務：2316 2576 網址：www.oshc.org.hk



## 四. 人體功效因素

人體功效學探討人與工具和工作環境的互相配合，令工作更為舒適而增加效率。

一些危害人體功效的例子有：

- 1 工作檯和椅太高或太低；
- 2 工具的設計不符合使用者的手形；
- 3 在不適當的姿勢下作重複的動作；  
以及
- 4 照明不當。





## 五. 心理因素

適當的壓力可以提高工作效率。但壓力過大時，便會引致身心受損，例如心臟病、胃潰瘍、頭痛、抑鬱及焦慮等。

減少工作壓力的方法如找朋友傾吐，學習自我鬆弛法或尋求專業人仕協助。



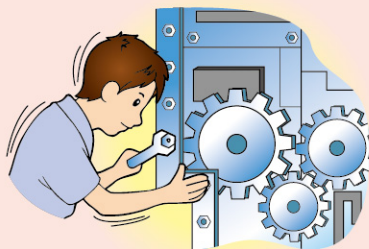
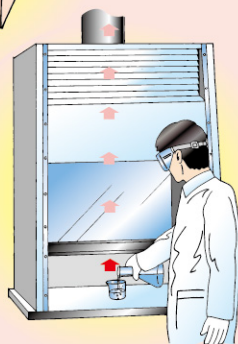
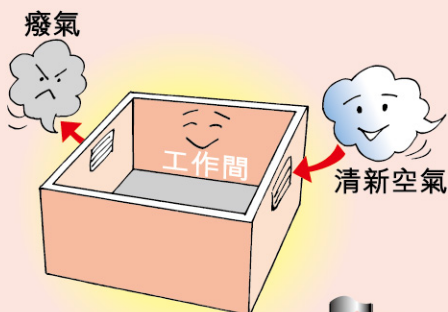


# 危害之控制方法

## 一. 工程管理

工程控制措施包括:

- 取代 - 用無毒或低毒性物料來代替高毒性物料。取代為消除或減低危害的最好方法。
- 密封 - 將工序機械化或自動化，避免員工接觸有害物質。
- 隔離 - 隔離危險工序可減少接觸危害的工作人員數目。
- 局部抽風系統 - 把有害物質由來源處直接抽走，避免員工吸入。
- 通風系統 - 引進大量的新鮮空氣，稀釋空氣污染物的濃度。
- 濕式作業 - 可控制工序產生的粉塵散佈。
- 廠房設計 - 預防職業危害最好由所廠房之設計階段開始。修改舊廠房使符合規定的要求，往往由於所費太多，而不合經濟原則。
- 維修改善 - 定期維修可保持機械在最佳狀態。例如修緊機械鬆脫部份，可減少因震動所致的噪音。

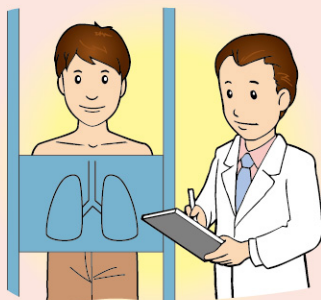




## 二. 行政控制措施

行政控制措施包括以下：

- 僱員的教育和訓練
- 個人衛生
- 廠房整潔
- 物料標籤
- 輪流工作
- 環境監察
- 員工身體檢查



## 三. 個人防護

在工程或行政控制方法不可行時，或在裝設、維修工程設備時，便需要使用個人防護用具。個人防護用具，必須是合乎標準及適用於當時之工作環境及針對危害因素。個人防護用具要有適當的保養和保持衛生以便隨時可用。

