

國立臺南高級海事水產職業學校

異常工作負荷促發疾病預防計畫

112 年 1 月 4 日校園職業安全衛生委員會訂定通過

112 年 01 月 18 日行政會報通過

壹、法令依據

- 一、「職業安全衛生法」第 6 條第 2 項第 2 款，明確規範雇主使勞工從事輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作，應妥為規劃並採取必要之安全衛生措施。
- 二、「職業安全衛生設施規則」第 324 條之 2 規定：雇主使勞工從事輪班、夜間工作、長時間工作等作業，為避免勞工因異常工作負荷促發疾病，應採取預防措施，作成紀錄並留存 3 年。

前述疾病預防措施，事業單位依規定配置臨場健康服務醫護人員從事勞工健康服務者，雇主應依勞工作業環境特性、工作型態及身體狀況，參照中央主管機關公告之相關指引，訂定異常工作負荷促發疾病預防計畫(以下簡稱本計畫)，並據以執行。

貳、目的

為促進工作者健康福祉，預防因輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發腦血管及心臟病疾病；亦稱過勞，依「職業安全衛生法」及其相關法令、指引，訂定本計畫；避免相關工作者長期處在高度心理壓力之下所產生的身心耗弱狀態」，嚴重者甚至會造成工作者猝死，以確保身心健康。

參、範圍

一、名詞定義：

工作者有下列情形時，應即啟動本計畫：

- (一)輪班工作：指事業單位之工作型態須由勞工於不同時間輪替工作，且其工作時間不定時日夜輪替可能影響其睡眠之工作。
- (二)夜間工作：指工作時間於午後 10 時至翌晨 6 時之時間內，可能影響睡眠之工作。
- (三)長時間工作：指近六個月期間，每月平均加班工時超過 45 小時者。

二、適用對象：

本校工作場所之工作者有從事輪班、夜間工作、長時間工作等相關過勞與壓力風險之工作均適用。

肆、組織及權責

一、人事室：

- (一)協助本計畫之規畫、推動與執行。
- (二)每年協助提供所有教職員工之平均加班時數，供職醫護進行風險評估。
- (三)協助按月提供工作者異常差勤、缺工及請假紀錄。
- (四)依風險評估結果，協助本計畫進行人員工作調整或更換。

二、單位部門主管：

- (一)協助本計畫之推動、執行與風險評估。
- (二)配合本計畫之工作調整、更換，以及作業現場改善措施。

三、勞工健康服務醫師/護理人員(以下簡稱醫護人員)：

- (一)參與並協助本計畫之規畫、推動及執行。
- (二)實施諮詢指導及轉介並追蹤及管理。
- (三)確認受保護對象工作者之工作狀況、疲勞狀況及其身心狀況，提供改善及處置措施之建議並呈現書面記錄。
- (四)依諮詢結果，採取健康保護措施，提供工作調整、更換以及作業現場之改善措施之建議。

四、工作者：

- (一)配合本計畫之執行與參與。
- (二)配合本計畫之工作調整與作業現場改善措施。
- (三)本計畫執行中之作業變更或健康狀況變化，應告知臨場服務醫護人員，以調整計畫之執行。

伍、實施項目

一、辨識及評估可能促發疾病之高風險群

(一)工作者資料蒐集及篩選對象

- 1.由人事管理單位協助提供工作者基本資料、工作性質、工時等資料。
- 2.醫護人員將可能為輪班、夜間工作或長時間工作的工作類型或處於高(心理)負荷工作及處於特殊工作環境之工作者進行高風險群篩選。
- 3.取得工作者之健康檢查及心血管疾病危害因子相關資料。

(二)建立預警制度，以啟動評估與預防措施

- 1.透過個人風險因子及工作型態與作業環境風險因子評估高風險群。

(1)參考表 1，統計工作者的風險數目，依此定義發病的風險等級。

表 1、腦心血管疾病發病風險評估表

心血管疾病(CVD)危害 因子數目*	Crade I	Crade II	Crade III
	收縮壓 140~159 或舒張壓 90~99 (單位：mmHg)	收縮壓 160~179 或舒張 100~109 (單位：mmHg)	收縮壓 ≥170 或舒張壓 ≥110 (單位：mmHg)
0	低度風險	中度風險	高度風險
1~2	中度風險	中度風險	高度風險
≥3 或已有心血管疾病	高度風險	高度風險	高度風險

*CVD 危險因子包括：年齡(男性 ≥55 歲或女性 ≥65 歲)、抽菸、總膽固醇 ≥240mg/dl 或低密度膽固醇 ≥160mg/dl、高密度膽固醇男性 <40mg/dl 或女性 <45mg/dl、家族成員有年輕型心血管疾病病史(指 50 歲之前發作)、身體質量指數 ≥30kg/m²、心室顫動症。

- (2)透過勞工健康檢查報告以表 2，推估其心血管疾病風險程度。

表 2、WHO 十年內心血管疾病風險程度表

十年內腦、心血管疾病風險	風險程度
<10%	低度風險
10%~20%	中度風險
20%~30%	高度風險

≥30%	極高風險
------	------

2. 工作型態及環境風險因子評估：

(1) 參考表 3，依實際工作特性，訂定適當之風險評分級距及風險分級。

表 3、長時間工作型態之工作負荷評估

工作型態		評估負荷程度應考量情形
不規律工作		對預定之工作排程或工作內容經常性變更或無法預估、常屬於事前臨時通知狀況等。例如：工作時間安排，常為前一天或當天才被告知之情況。
經常出差的工作		經常性出差，其具有時差、無法休憩、休息或適當住宿、長距離自行開車或往返兩地而無法恢復疲勞狀況等。
作業環境	異常溫度環境	於低溫、高溫及低溫間交替、有明顯溫差之環境或場所間出入等。
	噪音	於超過 80 分貝的噪音環境暴露。
	時差	超過 5 小時以上的時差、於不同時差環境變更頻率頻繁等。
伴隨精神緊張的工作		日常工作處於高壓力狀態，如經常負責會威脅自己或他人生命、財產的危險性工作、處理高危險物質、需在一定期間內完成困難工作或處理客戶重大衝突或複雜的勞資紛爭等工作。

註：工作型態風險等級：0-1 項者低度風險。2-3 項屬中度風險。≥4 項屬高度風險。

(2) 工作負荷所引起的腦心血管疾病，其負荷評估以職場疲勞狀況為主：

- 請潛在風險族群工作者進行自主檢核(自我評估)。
- 由護理人員協助工作者填寫「過勞量表」(附件一)。
- 工作者填寫「心理健康量表」(附件二)，進行工作者初步危害預防。
- 護理人員對照表 4 進行彙整分析。

表 4、過負荷量表與工時風險程度表

	個人相關 過勞分數	工作相關 過勞分數	月加班 時數	工作型態
低負荷	<50 分：輕微	<45 分：輕微	<45 小時	表 3 具 0-1 項
中負荷	50~70 分：中等	45~60 分：中等	45~72 小時	表 3 具 2-3 項
高負荷	≥70 分：嚴重	≥60 分：嚴重	≥72 小時	表 3 具 ≥4 項

註：三種工作負荷等級不同時，選擇較嚴重者

(3) 使用表 5，分級出職業促發腦、心血管疾病風險等級。

表 5、腦心血管疾病風險與工作負荷促發腦、心血管疾病之風險等級表

職業促發腦、心血管 疾病風險等級		工作負荷		
		低負荷(0)	中負荷(1)	高負荷(2)
十年腦、心血管 疾病風險	<10%(0)	0	1	2
	10~20%(1)	1	2	3
	≥20%(2)	2	3	4

註：()代表評分；0：低度風險；1 或 2 中度風險；3 或 4 高度風險。

(4)護理人員對潛在風險族群，運用「評估勞工過負荷問卷」(附件三)進行客觀評估，再依勞工自評「過勞量表」之結果，篩選為異常工作負荷促發疾病之高風險族群，最後由醫師進行風險分級以及面談指導。

(三)預防措施及改善追蹤

醫護人員確認工作者的工作環境、條件、工作狀況、疲勞累積狀況以及其他身心狀況、有容易導致過負荷之情況時，作成紀錄附上評估建議；公司應依該紀錄參採臨場服務醫師之建議，採取必要之預防及處置措施。

二、安排醫師面談及健康指導

(一)面談指導的對象：

- 1.職業促發腦心血管疾病高度風險者。
- 2.10 年內心血管疾病高度風險以上或工作負荷為高負荷者。
- 3.必要時得將中度風險(負荷)者納入。
- 4.勞工本身對健康感到擔憂無主動提出申請者。
- 5.針對高風險者依醫師建議時間安排追蹤面談。

表 6、風險分級與面談建議表

風險分級 與面談建議		腦、心血管疾病風險		
		低	中	高
工作負 荷風險	低	不需面談	不需面談	建議面談
	中	不需面談	建議面談	需要面談
	高	建議面談	需要面談	需要面談

- 6.配合健康檢查及醫師健康評估結果，採取工作管理措施，並依風險高低進行指導及管理(表 7)。

表 7、職業促發腦心血管疾病風險分級之勞工管理措施

風險等級		健康管理措施
低度風險	0	不需處理，可從事一般工作。
中度風險	1	建議改變生活型態，注意工時的調整，至少每年追蹤一次。
	2	建議改變生活型態，考量醫療協助，調整工作型態，至少每半年追蹤一次。
高度風險	3	建議尋求醫療協助及改變生活型態，需工作限制，至少每 3 個月追蹤一次。
	4	建議尋求醫療協助及改變生活型態，需工作限制，至少每 1-3 個月追蹤一次。

(二)面談指導之注意事項及後續處理：

- 1.健康服務醫師提供諮詢與指導，提出必要處置，採取相關措施，並留存於「醫師面談結果及採行措施表」(附件四)。
- 2.面談結果可區分為三類：
 - (1)診斷區分：無異常、需觀察或進一步追蹤檢查、需進行醫療。

(2)指導區分：不須指導、需健康指導、需醫療指導。

(3)工作區分：一般工作、工作限制、需休假。

三、調整或縮短工作時間及更換工作內容之措施

(一)若勞工經醫師專業說明，仍不願意配合工作調整，必要時，建議納入安全衛生工作守則，據以使事業單位勞工遵循。

(二)若工作之調整涉及勞動契約內容，應依勞動基準法之規定辦理，避免勞資爭議。

1.調整或縮短估作時間：可以1個月為目標實施縮短工作時間，必要時於1個月後再次進行面談，依個案身心健康情形，重新判定是否需予調整。

2.變更工作：需與現場負責人交換意見，且為可執行的內容。

3.學校應參採臨場醫師之建議執行相關保護措施，再由臨場護理師進行追蹤並填寫於異常工作負荷調查與管控追蹤一覽表(附件六)。

(三)選工、配工應以體格(健康)檢查為基準，了解新進工作者的基本健康狀況。

四、實施健康檢查、管理及促進

(一)實施健康檢查：

1.依據職安法第20條，同仁應聘於本公司時實施體格檢查，在職同仁施行一般健康檢查及因應作業環境施行從事特別危害健康作業之特殊健康檢查。

2.同仁檢查結果異常項目，學校將參照醫師之建議提醒或安排勞工複檢追蹤。

3.若經評估為高風險族群，建議洽詢醫師加強其健檢項目或頻率，學校須依個資法之規定辦理，相關經費之支應，亦須經勞資雙方協商。

(二)健康檢查管理：

1.指標項目分析統計與管理

(1)定期健檢診斷實施率： $(\text{實施健檢人數}/\text{所有工作者人數})\times 100\%$ (目標為100%)

(2)定期健檢異常發現比率： $(\text{診斷異常人數}/\text{受檢總人數})\times 100\%$

2.健康檢查分析結果，應作為年度職場健康促進重點推動項目的參考。

(三)健康檢查及面談指導紀錄之處置：

1.依職安法第20條、職業安全衛生法施行細則第30條及勞工健康保護規則第14條至第19條及第21條規定辦理。

2.紀錄涉及個資，配置有醫護人員從事勞工健康服務者，應由其保管處理；未經授權管理健康檢查及面談指導紀錄者，一律無權要求檢視相關資料，且紀錄之保管應符合個資法之規定。

陸、執行成效之評估及改善

一、本計畫之績效評估包括：

(一)高風險勞工比例，減少比例。

(二)學校教職員健康檢查參與率。

(三)學校教職員健康檢查異常發現率(如血壓、血脂肪指標、血糖單項)。

二、本計畫之執行情形與績效，應於職業安全衛生委員會進行檢討

三、其他有關安全衛生事項

(一)於職業安全衛生管理計畫之緊急應變措施納入有關急性腦心血管疾病(如心肌梗塞或腦中風等)促發之緊急應變流程及緊急救護醫院名單(後送之交通時間以1至3小時內可送達之醫療機構為優先考量)。

(二)設立每班急救人員，鼓勵取得BLS基本生命救命術證照。

(三)設置自動體外心臟去顫器(AED)，以供必要時使用，降低到院前死亡率。

柒、實施時程

本計畫經行政會報通過後，報請校長核准後公告實施，修正時亦同。

捌、附則

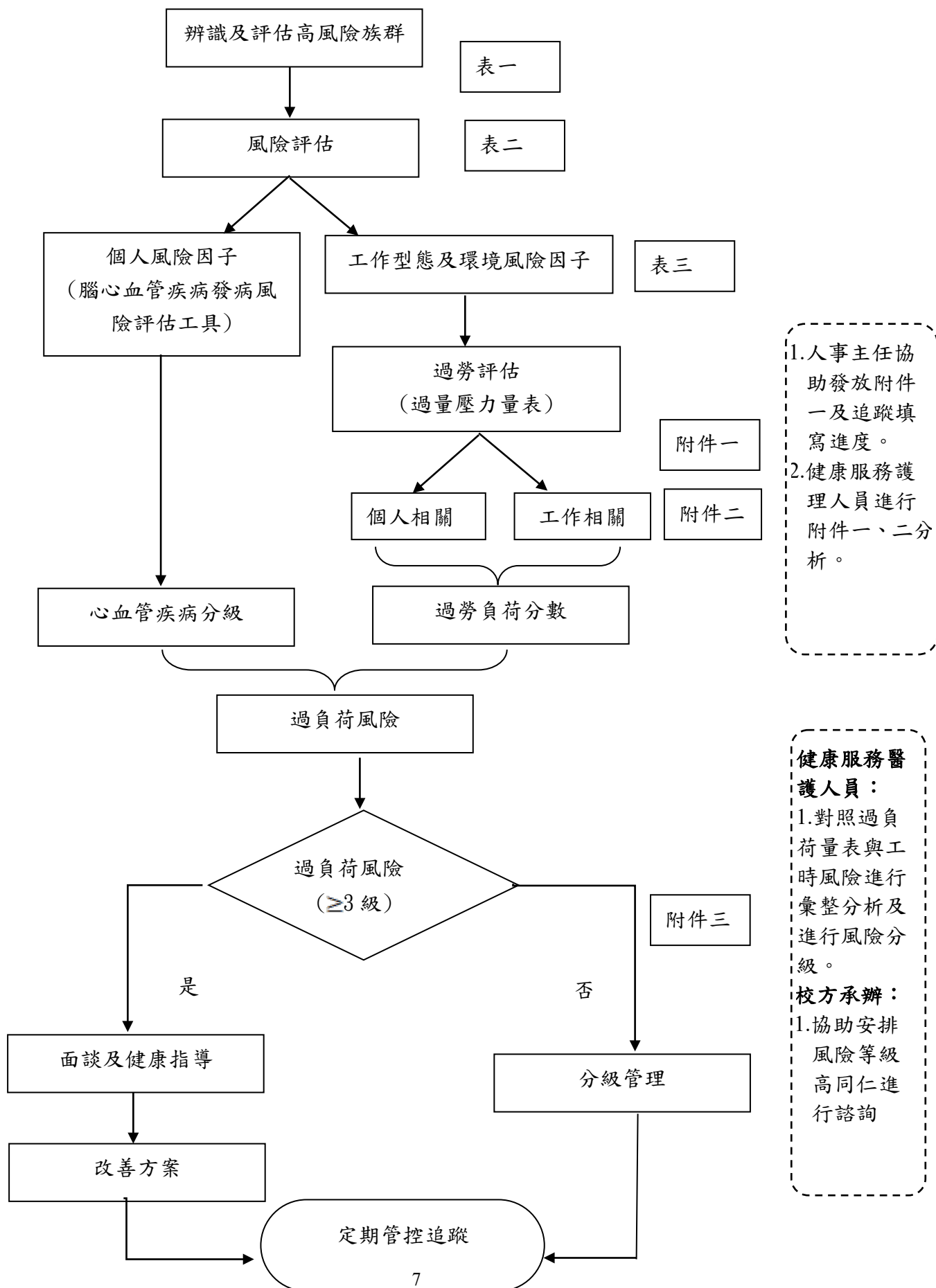
本計畫所執行之任何文件或紀錄，依法應保留至少三年。

玖、附件

- 一、附圖一、異常工作負荷促發疾病危害辨識及評估流程
- 二、附件一、過勞量表
- 三、附件二、心理健康量表
- 四、附件三、評估勞工過負荷問卷
- 五、附件四、醫師面談結果及採行措施表
- 六、附件五、預防輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病執行紀錄表
- 七、附件六、異常工作負荷調查與管控追蹤一覽表

附圖一

國立台南高級海事水產職業學校 異常負荷改善流程



國立臺南高級海事水產職業學校 過勞量表

本表由勞動部職業安全衛生研究所研發制定

一、個人疲勞：

填寫日期： 年 月 日

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

二、工作疲勞：

1.你的工作會令人情緒上心力交瘁嗎？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (5)從未或幾乎從未
2.你的工作會讓你覺得快要累垮了嗎？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (5)從未或幾乎從未
3.你的工作會讓你覺得挫折嗎？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (5)從未或幾乎從未
4.工作一整天之後，你覺得精疲力竭嗎？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (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？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (5)從未或幾乎從未
6.上班時你會覺得每一刻都很難熬嗎？	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (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)	☐ (1)總是	☐ (2)常常	☐ (3)有時候	☐ (4)不常	☐ (5)從未或幾乎從未

(二)計分

A. 將各選項分數轉換如下：(1)100 (2)75 (3)50 (4)25 (5)0

B. 個人疲勞分數－將第 1~6 題的得分相加，除以 6，可得個人相關過負荷分數。

C. 工作疲勞分數－第 1~7 題分數轉換同上，第 7 題為反向題，分數轉換為：

(1)0 (2)25 (3)50 (4)75 (5)100。將 1~7 題之分數相加，並除以 7。

(三)分數解釋

疲勞類型	分數	分級	解釋
個人疲勞	50 分以下	輕微	您的過負荷程度輕微，您並不常感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。
	50—70 分	中度	你的個人過負荷程度中等。您有時候感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。建議您找出生活的壓力源，進一步的調適自己，增加放鬆與休息的時間。
	70 分以上	嚴重	您的個人過負荷程度嚴重。您時常感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。建議您適度的改變生活方式，增加運動與休閒時間之外，您還需要進一步尋找專業人員諮詢。
工作疲勞	45 分以下	輕微	您的工作相關過負荷程度輕微，您的工作並不會讓您感覺很沒力、心力交瘁、很挫折。
	45—60 分	中度	您的工作相關過負荷程度中等，您有時對工作感覺沒力，沒有興趣，有點挫折。
	60 分以上	嚴重	您的工作相關過負荷程度嚴重，您已經快被工作累垮了，您感覺心力交瘁，感覺挫折，而且上班時都很難熬，此外您可能缺少休閒時間，沒有時間陪伴家人朋友。建議您適度的改變生活方式，增加運動與休閒時間之外，您還需要進一步尋找專業人員諮詢。

填寫日期： 年 月 日

	沒有或極少(每週一天以下)	有時(1~2 天/週)	時常(3~4 天/週)	常常/總是(5~7 天/週)
1.我常常覺得想哭				
2.我覺得心情不好				
3.我覺得比以前容易發脾氣				
4.我睡不好				
5.我覺得不想吃東西				
6.我覺得胸口悶悶的				
7.我覺得不輕鬆、不舒服				
8.我覺得身體疲勞虛弱無力				
9.我覺得很煩				
10.我覺得記憶力不好				
11.我覺得做事時無法專心				
12.我覺得想事情或做事時比平常要緩慢				
13.我覺得比以前沒信心				
14.我覺得比較會往壞處想				
15.我覺得想不開，甚至想死				
16.我覺得對什麼事都失去興趣				
17.我覺得身體不舒服				
18.我覺得自己很沒用				

計分方式：

「沒有或極少表示」 0 分。

「有時候表示」 1 分。

「時常表示」 2 分。

「常常或總是表示」 3 分。

8 分以下---情緒穩定(一級)。

9~14 分---情緒較不穩定、多注意情緒變化，多給自己關心(二級)。

15~18 分---壓力負荷已到極點，需要找朋友交談、舒緩情緒(三級)。

19 分以上---必須找專業醫療單位協助(四級)

填寫日期： 年 月 日

一、基本資料			
姓名：		部門名稱：	
性別：	☐ 男 ☐ 女	婚姻狀態：	☐ 未婚 ☐ 已婚 ☐ 離婚 ☐ 鰥寡
年資：	年 月	職稱：	
二、個人過去病史(經醫師確定診斷，可複選)			
☐ 心臟循環系統疾病(☐ 心絞痛 ☐ 冠心病 ☐ 心肌梗塞 ☐ 接受心導管支架手術 ☐ 曾接受冠狀動脈繞道手術 ☐ 冠狀動脈疾病接受藥物治療 ☐ 高血壓 ☐ 心律不整 ☐ 其他_____)。 ☐ 腦中風。 ☐ 血脂肪異常。 ☐ 睡眠相關呼吸疾病(如睡眠呼吸中止症)。 ☐ 中樞神經系統疾病(如癲癇、脊椎疾病) ☐ 周邊神經系統疾病(如腕隧道症候群)。 ☐ 情感或心理疾病。 ☐ 眼睛疾病(不含可以矯正之近視或遠視)。 ☐ 聽力損失。 ☐ 上肢或下肢疾病(如會導致關節僵硬、無力等症狀之疾病)。 ☐ 糖尿病。 ☐ 氣喘。 ☐ 長期服藥，藥物名稱：_____ ☐ 其他：_____ ☐ 以上均無。			
三、家族史			
☐ 無。 ☐ 一等親內的家屬(父母、祖父母、子女) 男性於 55 歲、女性於 65 歲前發生狹心症或心絞痛。 ☐ 家族中有中風病史。 ☐ 其他_____。			
四、生活習慣史			
1.抽菸： ☐ 無 ☐ 有(每天_____包；共_____年)； ☐ 已戒菸_____年)。 2.檳榔： ☐ 無 ☐ 有(每天_____顆；共_____年)； ☐ 已戒菸_____年)。 3.喝酒： ☐ 無 ☐ 有(總類_____；頻率_____)。 4.用餐時間不正常： ☐ 否 ☐ 是；外食頻率： ☐ 無 ☐ 一餐 ☐ 兩餐 ☐ 三餐。 5.自覺睡眠不足： ☐ 否 ☐ 是(工作日睡眠平均_____小時；假日睡眠平均_____小時)。 6.運動習慣： ☐ 無 ☐ 有(每週_____次；每次_____分鐘)。 7.其他：_____。			
五、健康檢查項目(無此項目者或事業單位已掌握有勞工之健檢資料者免填寫)			
身體質量數：_____公斤/米 ² (身高_____公分；體重_____公斤)。 腰圍：_____公分 (M:<90;F:<80)。 高密度膽固醇：_____ (男≥40，女≥45)。 脈搏：_____次/分 三酸甘油酯：_____(<150mg/dL)。 血壓：_____ (SBP:140/DBP:90mmHg)。 飯前血糖：_____(<100mg/dL)。 總膽固醇：_____(<240mg/dL)。 尿蛋白：_____。 低密度膽固醇：_____(<160mg/dL)。 尿潛血：_____。 10 年內發生心血管疾病的風險(公式計算)： _____ %。			

六、工作相關因素

1. 工作時數：平均每天_____小時；平均每週_____小時；平均每月加班_____小時。
2. 工作班別：☐ 白班 ☐ 夜班 ☐ 輪班(☐ 定期☐ 不定期；輪班方式_____)。
3. 工作環境(可複選)：☐ 噪音(_____分貝) ☐ 異常溫度(高溫約_____度；低溫約_____度)
☐ 通風不良 ☐ 人因工程設計不良(如：座椅、震動、搬運等)
☐ 以上皆無
4. 日常伴隨緊張之工作負荷(可複選)：
☐ 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
☐ 以上皆無
5. 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，請說明：_____
6. 工作環境中有無組織文化、職場正義問題(如職場人際衝突、部門內部溝通管道不足等?)
☐ 無 ☐ 有，請說明：_____
7. 對預定之工作排程或工作內容經常性變更或無法預估、常屬於事前的通知狀況等?
☐ 無 ☐ 有，請說明：_____
8. 經常性出差，其具有時差、無法休憩、休息或適當住宿、長距離自行開車或往返兩地而無法恢復疲勞狀況等?
☐ 無 ☐ 有，請說明：_____

七、非工作相關因素

1. 家庭因素問題：☐ 無 ☐ 有(請說明：_____)。
2. 經濟因素問題：☐ 無 ☐ 有(請說明：_____)。

八、過負荷評估

1. 心血管疾病風險：☐ 低度風險 ☐ 中度風險 ☐ 高度風險 ☐ 極高風險 ☐ 其他：_____
2. 工作負荷風險：☐ 低負荷 ☐ 中負荷 ☐ 高負荷 ☐ 其他：_____
3. 過負荷綜合評估：☐ 低度風險 ☐ 中度風險 ☐ 高度風險 ☐ 極高風險 ☐ 其他：_____
4. 諮詢建議：☐ 不需諮詢 ☐ 建議諮詢 ☐ 需要諮詢

評估人員職稱/簽名：_____年_____月_____日

國立臺南高級海事水產職業學校 醫師面談結果及採行措施表

面談指導結果				
(員工編號)		服務單位		
姓名		男、女	年齡 歲	
疲勞累積狀況		特殊記載事項		
☐ 無 ☐ 輕度 ☐ 中度 ☐ 重度				
應顧慮的身心狀況		需採取後續相關措施否		
☐ 無 ☐ 有				
判定區分	診斷區分	☐ 否 ☐ 是(請填寫採行措施建議)		
	工作區分			☐ 無異常 ☐ 需觀察 ☐ 需醫療 ☐ 一般工作 ☐ 工作限制 ☐ 需休假
	指導區分			☐ 不需指導 ☐ 要健康指導 ☐ 需醫療指導

醫師姓名：

實施

年

月

日

採行措施建議			
工作上採取的措施	調整工作時間	☐ 限制加班，最多_____小時／月	☐ 減少輪班頻率
		☐ 不宜加班	☐ 不宜繼續工作（指示休假、休養）
		☐ 限制工作時間_____時_____分	☐ 其他
	變更工作	☐ 變更工作場所（請敘明：	
		☐ 轉換工作（請敘明：	
		☐ 減少大夜班次數（請敘明：	
		☐ 轉換為白天的工作（請敘明：	
☐ 其他（請敘明：			
措施期間	_____日、週、月（下次面談預定日_____年_____月_____日）		
建議就醫			
備註			
評估醫師：		實施日期：_____年_____月_____日	
部門主管：			

國立臺南高級海事水產職業學校

預防輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病執行紀錄表

執行項目	執行結果(人次或%)	備註(改善情形)
辨識及評估高風險群	具異常工作負荷促發疾病高風險 者_____人	
安排醫師面談及健康指導	1.需醫師面談者_____人 (1)需觀察或進一步追蹤檢查者_____人 (2)需進行醫療者_____人 2.需健康指導者_____人 (1)已接受健康指導者_____人	
調整或縮短工作時間及更換工作內容	1.需調整或縮短工作時間_____人 2.需變更工作者_____人	
實施健康檢查、管理及促進	1.應實施健康檢查者_____人 (1)實際受檢者_____人 (2)檢查結果異常者_____人 (3)需複檢者_____人 2.應定期追蹤管理者_____人 3.參加健康促進活動者_____人	
執行成效之評估及改善	1.參與健康檢查率_____％ 2.健康促進達成_____％ 3.與上一次健康檢查異常結果項目比較，異檢率％（上升或下降） 4.環境改善情形：(環測結果)	
其他事項		

執行者：

主管：

年

月

日

附件六

國立臺南高級海事水產職業學校

____年 異常工作負荷調查與管控追蹤一覽表

[illegible]