香港工人健康中心
Hong Kong Workers' Health Centre
香港公益金會員機構

職業健康

154期
二零一一年十月
銀禧紀念
成立自1984年

香港工人健康中心工作壓力管理研討會暨第二十六屆週年大會

社會評論
- 促請關注戶外工人在高溫工作的潛在職業健康問題

預防專題
- 香港職業健康事件大事回顧

世界前線
- 全球禁用石棉的最新動向

社區職業康復專題
- 改變帶來希望—重拾信心・找到方向

編者的話 —

在炎熱天氣下工作

一直以來，我們都在大眾傳媒或環保教育中，聽到有關地球天氣將因溫室效應而會變得愈來愈熱。對於有關的警告，有多少人會真正思考到在日常生活中如何履行個人責任以減慢此影響？

當然，若讀者有關注每日的新聞，在過去一個夏天中若天文台發出了酷熱天氣警告，必然會如編者一樣，在電視或各大網上新聞中看到政府發出一條勞工處呼籲僱主評估僱員中暑風險的報導：*「天文台發出酷熱天氣警告。勞工處提醒僱主應評估僱員中暑風險。勞工處提醒僱主，由於酷熱天氣警告生效，僱主應評估僱員中暑的風險，並採取有效的預防措施，例如提供清涼的飲用水、架設臨時設施遮擋陽光，及提供機械輔助工具讓僱員減少體力消耗。僱員要定時喝水和留意身體狀況，若有頭痛或口渴等中暑的早期徵狀，應盡快通知主管和看醫生。」*

當每次看到這個呼籲報導時，再看到整個夏天仍然不時有工人在炎熱的天氣下工作中暑不適，讀者會否也有質疑，到底這個呼籲有多效用？

或者，因為大部份的政府高層均是躲在有冷氣的辦公室工作，只是偶然出入街上亦會有私家車接送，所以期望他們能積極推動落實保障工人在炎熱下工作的職業健康，真的是有點強人所難。看來，未來香港夏天的天氣只會更酷熱難耐，所以一班前線工作的工人只能自求多福，小心避免中暑。

目 錄

編者的話：在炎熱天氣下工作 01
社會評論：關注多宗僱員工作期間中暑事件的職業健康問題 02
專題報導：香港工人健康中心工作壓力管理研討會暨第二十六屆週年大會──工作壓力管理 03
預防專題：香港職業健康事件大事回顧──馬可皮革廠事故 07
社區職業康復專題：改變帶來希望　重拾信心．找到方向 09
世界前線：全球禁用石棉的最新動向 11
工健動態：（一）動機式晤談工作坊 (Motivational Interviewing Workshop) 12
（二）工作壓力工作坊
職安剪報：2011年6月至2011年8月 13

職業與健康154期通訊

出版　香港工人健康中心
專業顧問　余德新醫生
主編　盧許如玲
執行編輯　洪東鳳、鄧錦菁

歡迎投稿 ◆ 意見交流

- 稿件體裁不限，字數不限，可輔以圖片
- 來稿請附姓名及聯絡方法
- 稿件可選用筆名
- 來稿一經刊登，可獲是期月刊及中心紀念品
- 來稿請寄九龍尖沙咀漆咸道南87-105號百利商業中心1429-1437室『香港工人健康中心』，信封註明『投稿』，電郵info@hkwhc.org.hk或傳真至2728 6968 即可。
- 歡迎瀏覽我們FACEBOOK 專頁www.facebook.com/hkwhc

「職業健康」為香港工人健康中心出版之刊物。本刊所載資料為提供對職業健康問題的不同意見，以供業界及關心職業健康問題之社會人士參考討論。個別作者的意見未必代表香港工人健康中心之意見。因此，香港工人健康中心不會為任何因依賴本刊內任何資料而引致的任何損失或損害賠償負責。本刊資料可用作摘引，而任何方式之使用均必須附有確認聲明：資料來源於香港工人健康中心出版之「職業健康」。

香港工人健康中心 2011 版權所有

關注多宗僱員工作期間中暑事件的職業健康問題

本港近日天氣炎熱，自五月十二日伊始，天文台已多次發出酷熱天氣警告，提醒市民和戶外工作人士留意，避免因而受到影響。單計七月及八月份，天文台已發出七次、共31天的酷熱天氣警告，當中出現最少16宗僱員在工作期間因天氣酷熱而中暑不適事件，個案工種包括在外工作的建造業工人和未與陽光直接接觸的職業司機，其中4人更因此失救致死，情況令人關注。

香港工人健康中心一直關注香港前線僱員在酷熱天氣下工作的職業健康，多年來一直要求政府立法規管酷熱環境下的工作安排，以保障工人的職業健康。本中心就有關職業健康問題表達以下立場和建議：

1. 要求政府盡快就規管在酷熱環境下的工作安排立法，避免再有前線員工因工作安排失當而受到傷害。早年勞工處職業安全及健康部曾就酷熱環境下工作印製宣傳單張，內容針對各界員工如何預防中暑情況發生，亦有提及僱主可透過工作安排以減少員工中暑的機會。但有關單張的內容只屬參考，未具法律效力，不能起到絕對作用以保障員工免除暴露於炎熱環境下工作的危害。故此，本中心強烈要求政府針對問題確切地立法，清楚列明在此惡劣環境下的責任，設立完善的職業健康工作制度和指引，如在酷熱天氣警告下工作多久需安排小休等，從根本保障僱員的健康；同時亦要加強巡查，進一步加強對前線員工的保護。

2. 建議僱主增加前線員工在酷熱天氣下工作的休息次數和時間。在炎熱的環境下，人體容易因大量流汗而導致缺水和電解質不足等情況，如員工需從事高體力要求工作則情況更為嚴重。為避免員工因長時間在炎熱環境下工作而導致中暑情況發生，本中心建議僱主在此惡劣環境下增加給予前線員工的休息次數和時間。僱主亦可透過採取員工參與的方式，構建有效的溝通平台，以加強管理層和前線員工的交流，促進機構內的職業健康及安全持續改善。

3. 避免員工在酷熱天氣下單獨工作。回顧過去多宗中暑失救致死個案都與事主需單獨工作有關，事主一旦出現中暑情況容易因身旁沒人提供協助而令情況惡化。故此，本中心建議僱主在可行情況下避免員工在酷熱天氣下單獨工作，讓彼此互相照應，縮短發生意外時的耽擱時間，減低事主失救致死的機會。

我們促請當局關注事件及考慮以上的建議，令工人及市民的健康都能得到保障。

（資料整理：孫同祥、王俊鈞）

香港工人健康中心工作壓力管理研討會暨第二十六屆週年大會

香港工人健康中心於2011年6月12日成功舉辦了工作壓力管理研討會暨第二十六屆週年大會，當天除了有各方友好合作機構應邀出席外，同時也很榮幸邀請到多位來自不同界別的專家就是次研討會的主題進行演講及發表意見。專題演講嘉賓分別有：嶺南大學社會學及社會政策系系主任蕭愛鈴教授、香港理工大學康復治療科學系講座教授陳智軒教授、精神科顧問潘佩璆醫生、國際勞工組織勞動保障部前總監井谷徹醫學博士、惠普(HP)有限公司亞太區供應鏈社會及環境責任經理黃偉雄先生、醫院管理局高級經理(中央人力資源)蕭嘉韻小姐，以及香港工人健康中心項目經理孫同祥先生。

本文將綜合各專題講者的意見、觀點及經驗，探討有效的工作壓力管理方法，希望減低工作壓力對員工帶來的負面影響。

工作壓力的來源

香港以工作壓力大見稱，而工作壓力衍生的社會問題，例如輕生、抑鬱症、家庭暴力等亦越來越嚴重，已是不容再忽視的議題。工作量大、不舒適的工作環境、與同事的關係欠佳及工作與家庭失衡等都是導致工作壓力增加的主要因素。要改善員工的工作壓力問題必須從這些根源入手，針對性地制訂改善措施。

蕭愛鈴教授在研討會中分享到工作壓力一般來自工作量、機構約束、機構文化、機構內的人際關係、工作及家庭生活的平衡、情緒勞動要求、職業成就、工作安全感及工作間暴力九個源頭；而潘佩璆醫生則指出消防員、警員及醫護人員等需經常面對創傷性事件〔例如大型災害及嚴重意外〕的行業的人士更會因經常面對這些情況而感受到工作壓力。

過大工作壓力的影響

適量的工作壓力可以增加員工的積極性，但如果工作壓力過大，而員工又沒有適當地控制這些壓力源頭，例如因工作量太大而長時間留在辦公室工作或因工作太繁忙導致生活失衡，他們的身心健康有可能受到影響，蕭愛鈴教授、陳智軒

教授及潘佩璆醫生於研討會就著這部分作出不少分享。其中，蕭愛鈴教授分享到工作壓力過大會對身體的免疫系統構成傷害，當壓力出現時，腎上腺皮質醇水準會上升而刺激免疫細胞，如果員工經常受到壓力困擾，免疫細胞將因長期受刺激死亡，免疫系統亦會因此失效。此外，工作壓力過大亦有機會導致高血壓、盲腸炎、皮膚病、神經衰弱等疾病的出現；陳智軒教授分享到他於研究過程中發現過大的工作壓力會導致痛症的出現，其中又以頸椎及脊柱的肌肉較易受壓力影響，故此受工作壓力困擾的員工會較易患上頸部及肩膊的筋肌勞損疾病。另外，他亦指出長時間受工作壓力困擾會增加員工患上抑鬱症及人格障礙等精神病症的機會；除此之外，潘佩璆醫生指出大型災害、嚴重意外及生離死別所帶來的工作壓力更會為員工帶來創傷後壓力症候群，有極深遠的影響，他提及之前有外國機構曾進行相關研究調查，調查發現加拿大及美國分別有17.3%及22.2%的消防員，及13%的警員於長時間面對生離死別或嚴重意外事故後患上創傷後壓力症候群。

機構應對方法

對於如何減低工作壓力帶來的負面影響，專題演講嘉賓各分享了不同意見，井谷徹醫學博士及孫同祥先生分別向參加者介紹了國際勞工組織為工作壓力管理而編寫的《工作壓力預防檢查法》(Stress Prevention at Work Checkpoints)及香港工人健康中心推行的員工參與式職業健康培訓模式在工作壓力管理方面的應用；而黃偉雄先生及蕭嘉韻小姐則分別分享了惠普(HP)有限公司及醫院管理局在工作壓力管理方面的政策。

井谷徹醫學博士分享到《工作壓力預防檢查法》易於為不同背景及行動的人士所使用。他指出評估表內共有50個檢查點，每個檢查點都可作為一個有助改善機構工作壓力管理措施的基準，機構應先瞭解工作場所的情況，確認需要檢查的工作區域，才選擇使用整份評估表或其中某些部份，之後員工可使用評估表進行工作環境巡查及記錄檢查的結果，並討論需要改善的地方及根據其急切性排列處理的先後次序，最後針對檢查結果進行小組討論，集思廣益，找尋實際可行的即時改善方法。這樣，工作間內的壓力源頭將可被識別及控制，工作壓力對員工的負面影響亦可被減低。

孫同祥先生分享到香港工人健康中心多年來推行的員工參與式職業健康培訓模式可應用於改善員工工作壓力過大的問題，他指出傳統的工作壓力管理工作坊一般都只著重於教授參加者如何放鬆心情，而員工參與式職業健康培訓模式則著重於鼓勵前線員工跟管理層多作溝通及反映意見，並改善工作環境及實施工作壓力管理措施，從而控制工作壓力的源頭。

黃偉雄先生分享了惠普(HP)有限公司為避免工作壓力對惠普的三十萬位員工及其合作夥伴的員工造成影響，早於九十年代開始便設立供應商行為準則，更於2004年跟多家從事電子產品生產的公司聯合制訂電子工業行為準則，要求供應商遵守行為準則的要求，訂立工作壓力管理措施，避免員工受工作壓力的影響。此外，惠普亦為供應商的員工提供培訓機會、輔導熱線及工餘活動，希望藉此減低員工的工作壓力及加強勞資溝通。

蕭嘉韻小姐分享指醫院管理局為紓緩約六萬位員工的工作壓力，也推行了一系列的工作壓力管理措施，包括：1)實施五天工作週等家庭友善政策；2)增聘人手；3)改善工作環境，購置更先進的設備，並實施預防工作間暴力措施；4)向員工提供個人工作壓力管理及應對技巧培訓及安排團隊建立活動；5)表揚表現良好的員工、舉辦陸運會及歌唱比賽等工餘活動、加強管理層及員工的溝通，藉此增加大家對團隊的歸屬感，加強工作投入感；及6)設立個人成長及危機處理中心，為員工提供輔導服務。

個人應對技巧

最後，蕭愛鈴教授、陳智軒教授及潘佩璆醫生提到一些個人應對技巧，嘗試從個人角度減低工作壓力帶來的問題。

蕭愛鈴教授綜合了過往的研究經驗，指出紓緩壓力的技巧可以分為「集中處理情緒的因應技巧」及「集中處理解決困難的因應技巧」。受工作壓力影響的人士可以多找尋消遣、做運動、找尋社交支援，跟朋友分享經驗、維持積極的心態，盡力加強工作投入感、及學習簡易鬆弛方法去減低工作壓力對情緒的影響；另外，他們亦可以積極、理性及專注去找出解決問題的方法，盡力去解決困難，避免這些困難再為自己帶來工作壓力。

陳智軒教授藉著他的親身經歷，強調多做運動對減低工作壓力的負面影響的重要性。他分享到早前因為工作量增加，經常超時工作，無法保持做運動的習慣，於這段時間他受到工作壓力的困擾，身體健康受到影響。但自從他對工作量作出調整後，可以持續運動的習慣，亦感受到工作壓力及身體健康也得到改善。

最後，潘佩璆醫生指出因面對過大工作壓力而患上創傷後壓力症候群的患者應盡快接受診治，減低症候群對身心健康的影響，所以如果員工發現自己受工作壓力困擾，又有借酒澆愁、感到抑鬱、跟家人及朋友不時發生衝突、減少出席社交活動這些病症，就應盡快尋求醫療診治的協助，幫助減低工作壓力及症候群的影響。

綜合各個演講嘉賓的意見，要有效減低工作壓力對員工的負面影響，管理層及員工應多作溝通及並肩合作。管理層應建立溝通平台、並制訂有效的工作壓力管理措施，為員工提供一個良好的工作環境；員工亦應主動向管理層反映意見，並維持積極的心態，多作運動，被工作壓力困擾時應立即找尋支援。這樣，工作壓力對員工的影響將可被大大降低。

（資料整理：林彥彰）

馬可皮革廠化學品爆炸慘劇

上期提及1983年的萬寶至玩具廠有毒氣體洩漏事故導致接近200名工人因吸入不明氣體而身體不適，需要入院檢查。雖然社會各界於是次嚴重意外發生後強烈建議政府加強監管化學品的安全使用，但仍未喚起政府對使用工業化學品潛在危害的關注與重視，遲遲未通過計劃發出的《工廠化學品使用守則》。在使用化學品監管不足的情況下，1986年終於發生了另一宗嚴重化學品事故—馬可皮革廠化學品爆炸事故，導致14死10傷。是次慘劇發生後，才促使政府於1988年制訂《工廠及工業經營〔危險物質〕規例》，以保障員工的職業健康安全。今期我們將與大家一起瞭解這宗意外發生的始末，及相關法例訂立的經過。

爆炸大火導致多人傷亡

1986年10月8日晚上，葵涌永立街一間馬可皮革廠突然發生爆炸大火事故，導致24人被燒傷。雖然經醫療診治急救，最終仍有14名傷者不幸身亡。根據報章報導，事發時工人正如常工作，未有發現用作洗皮及乾皮的大型滾桶的軸承過熱，使附在滾桶上的木糠冒出大量熱力，從而令空氣中的易燃氣體受熱而發生爆炸[2,7]。爆炸帶來的火焰隨即將工廠內存有不少的皮革點燃，迅速造成大火，令多名被爆炸所傷的工人未能於火警發生後自行逃走[3]。這次意外最終導致14名工人死亡及10名工人受傷[7]。

慘劇得到社會各界的關注

意外發生後，社會各界都對是次慘劇及相關化學品使用安全問題表示極度的關注，其中香港工人健康中心及職業健康促進會提出六項建議，包括〔1〕立法規定工廠需要向員工提供其所接觸的化學品的名稱、性質、毒性、對人體的影響；預防意外及意外急救方法；〔2〕完成草擬化學品的標籤法，規定化學品必須貼上標籤，列明該化學品的名稱、性質、毒性及對人體的影響；〔3〕立法規定僱主必須向員工提供足夠的預防方法及防護器具；〔4〕擴大管制致癌化學物及有毒化學物的範圍；〔5〕提高原本最高罰款為3萬元的刑罰，以收阻嚇作用；及〔6〕增加工廠督察人手及巡查頻次[6]。此外，香港工會聯合會亦提出政府應設立工業安全諮詢和投訴部門，讓工人及時將他們發現的工業安全漏洞向有關部門舉報；及成立職業安全局，集中資源及人力，專責統籌、管理及研究工業安全問題。葵青區及觀塘區十個勞工團體則要求勞工處應加強與消防處的聯繫，以便有效監察使用危險化學品的廠房[10]。

其後，香港工人健康中心加入由多個工會及勞工團體成立「關注工業化學品危害」聯席會議，要求盡快完善及通過《工廠及工業經營(危險物質)規例》，並爭取盡快成立職業安全及健康局[6]。

促使政府制訂法例保障工人安全

在各方要求下，勞工處決定加速草擬工廠化學品使用的相關法例[11]，並於1988年2月制訂《工廠及工業經營〔危險物質〕規例》，規定東主為231種列於附表上的化學品加上標籤，註明其危險性，以保障工人的職業健康安全，違例者會被罰款2萬至3萬元[4]。

此外，勞工處亦印製兩份化學品使用規則指南，分發給工廠負責人及工人，內部包括皮革及皮草處理業的常用化學品的危險性、工人處理化學品時應注意的事項、及提供一些預防危險的基本措施，以協助他們了解皮革廠的操作安全[11]。

政府已於1988年制訂《工廠及工業經營

(危險物質)規例》，但相關法例仍有許多漏洞，香港工人健康中心指出法例草案的漏洞及要求修改，政府也對此作出些微的修訂。雖然政府於1994年將相關法例中對違例僱主的最高罰款修訂為5萬元，但法例仍有漏洞及多年沒有再檢討和改善，以加強保障員工的職業健康安全，致使因使用化學品引致的工業意外仍時有發生，例如今年4月一名清潔工人因混合使用清潔劑時發生輕微爆炸，導致1死3傷的嚴重意外。政府及相關部門除了應定期檢討及完善相關法例，加強對化學品的安全使用的監管，及提高刑罰以阻嚇因疏忽而導致嚴重意外及屢次犯例者。亦應加強對相關行業僱主的監管，以確保僱主有履行列明於《職業安全及健康條例》內保障員工工作時安全與健康的基本責任，例如向員工提供所需的資料、指導、訓練及監督，以確保僱員的安全及健康，避免相類似的工業意外再次發生。

（資料整理：洪東鳳、林彥彰）

職安健知識

意外發生後，勞工處對廠方作出起訴，表示經調查後發現是次事故中的工廠使用混和了木糠的苯來清除皮草上的油脂，這些混合物經捲筒機後變成微細的物質，與空氣中的有機性物質混和，成為一種極度易燃的氣體，當遇上滾桶冒出的大量熱力後就發生爆炸[8, 12]。

氣化後的苯是一種致癌、高度易燃及具爆炸性的無色氣體。如氣化苯於空氣的濃度為1.3%到7.1%，遇有火種或室內溫度過高，即會產生猛烈爆炸。另外，接觸超過0.5ppm的苯亦會導致頭暈、倦睡、頭痛、惡心、氣促、惊厥及神志不清[1]。有見及此，法例規定任何人士必需領取牌照才可儲存超過20升的苯[5]。

另外，意外發生後部份仍使用易燃化學品作為皮革除油清潔劑的工廠，亦開始陸續改用非易燃的清潔劑，避免類似意外再次發生[9]。

參考資料

1. *National Institute for Occupational Safety and Health, 2002, International Chemical Safety Cards: Benzene*
2. *South China Morning Post, 1986, Victims of blast too ill to help inquiry*
3. *South China Morning Post, 1986, 22 badly hurt in boiler blast*
4. *香港立法局，立法局會議過程正式紀錄，1988年6月15日。*
5. *香港消防處，防火通告第四號—危險物品*
6. *職業健康促進會、香港工人健康中心，職業健康促進會及香港工人健康中心對葵涌及皮革廠意外事件的聲明，《職業與健康》，1986年12月*
7. *葵涌皮草廠猛烈爆炸　火焰四噴傷廿三工人　一「火人」圖破窗跳樓消防員及時抱回，《明報》，1986年10月9日*
8. *調查硝皮廠事件肇因　苯混合木糠微塵揮發　有可能觸及火花爆發，《星島日報》，1986年10月10日*
9. *三皮革廠接受勸諭　已停用易燃清潔劑，《大公報》，1986年10月28日*
10. *皮革廠意外調查報告　工聯會呼籲盡快公佈，大公報，1986年10月29日*
11. *勞工署加速草擬法例　規定註明化學品危險性，《大公報》，1986年11月11日*
12. *黃發祺在爆炸案死因研訴指出　工廠督察嚴重不足，《大公報》，1986年11月28日*

《改變帶來希望》

以下是從《改變帶來希望》一書撮錄出的其中一個個案分享，此書記載一班職業傷病康復工友透過進行「生活重整小組」，學習以樂觀正面的角度去迎接工傷所帶來的轉變，適應生活上的限制，從而積極準備未來的生活及工作路向。

永不放棄，心要堅定，目光要遠大，身體力行。路是要自己行出來，人是總要向前望。從今天起，我以進修學習、增值自己為目標。中心導師是我最好的良師益友，家人及朋友是我永遠的支持！

Monica

重拾信心・找到方向

工傷前，Monica在一間國際旅行社工作，經常要出差到亞太區不同地方，接洽旅行團體及客人，介紹各地行程及訂房。2004年5月，她於工作期間發生了非常嚴重的交通意外。她入住了深切治療部一段時間，直至情況穩定後，又轉往普通病房住了好一段日子。出院後，Monica仍要常常往返日間診療所作覆診及治療。當時的她精神和心理狀態都很差，需要服用精神科藥物，更要接受較長期的觀察和跟進。工傷意外使她身心重創，她好像從鬼門關裡跳過出來一樣，她的人生亦經歷了前所未有的巨變。

工傷後，她不但不能上班，就連洗澡換衣服這樣簡單的事情也幹不來，她覺得自己是個負累。她很想盡快重返工作，不想自己跟社會的步伐脫節。可是，當她想到工傷的後遺症對日後生活的影響有多嚴重時，她內心就很害怕很難過。為了醫治傷患盡快康復，她不惜花上四年多的時間做物理治療及職業治療，只可惜這一切功夫對病情都沒有太大幫助，傷患仍未復原。她漸漸察覺到繼續進行治療未必是使傷患復原的最佳辦法，可是除了做治療之外，她又苦無出路。2008年，在一次覆診的時候，職業治療師告訴她「工人健康中心」的服務可能對她有幫助，並將她轉介至那兒。那時Monica便抱著「即管一試」的心態，決定踏出第一步，參與中心舉行的「生活重整小組」。

在參加小組期間，Monica不但認識了與自己同病相憐的人，小組的活動更增添了她重投社會的信心。面對不同工友，雖然大家受傷的部位及康復進度都各有差異，但跟他們交談時，Monica覺得他們會特別明白她的想法及感受。此外，令她印象最深刻的小組活動——「每週行動計劃」，更是為她重投社會打了一支最大的強心針！工傷後，她覺得人生沒有了

推動力，她又會給自己很多逃避問題的藉口，在未清楚自己的實際能力前就選擇放棄。中心姑娘[1]的輔導是促使Monica轉變的一個很大的推動力。於小組中，姑娘與她訂立「每週行動計劃」，又鼓勵她多作嘗試。她覺得這些行動計劃不但讓她測試到自己的能力，更讓她逐步建立自信。事實上，初時她有點害怕若未能完成行動計劃會很尷尬，她也只是硬著頭皮去幹。及後，她發現在完成行動計劃的過程中，痛楚不但沒有想像中的嚴重，而且每次的行動亦帶給她很大的滿足感！「慢慢地放下枴杖，讓自己有信心不倚賴枴杖也能四處活動」是她為自己訂立的行動計劃。就是這個立志，再經過慢慢的練習及嘗試，她漸漸放下了倚賴多年的枴杖，重拾走路的信心。後來，有一次她和小組的工友們到大埔大尾督旅行，想不到工傷後的她竟然可以再次踏單車和放風箏，玩得高興時甚至連痛楚及不快的感覺都忘記了！

工傷後，家人和朋友對Monica的支持及關心實在十分重要。他們經常鼓勵她多作嘗試，又常常噓寒問暖，每次見面聽到他們說：「你又好左啲啦喎！」她的內心就感到十分溫暖、十分高興！朋友們知道她於工傷後希望重返原本的行業，都常常介紹工作給她。當她重返工作後，他們又著Monica不要太粗勞，擔心她太辛苦。家人和朋友的關懷及扶持，是她重拾信心重返工作的關鍵。

Monica覺得人一定要工作，若不工作，就好像一副長時間停止操作的機械，一定會「生銹」。小組完結後，她看見其他組員在參與「職業傷病康復者再培訓計劃」後，都開始陸續投入新行業新工作。她心想：「人家都有過工傷，也不就能成功重返工作嗎？我也可以的！」看見組員重投工作又喚起了她尋找工作的決心！很高興地，透過朋友介紹，Monica找到了一份旅行社的工作，起初只需上班半天作過渡期，現在適應了就每天返8小時。為了保持身體健康，即使時間有點匆忙，她也堅持每早上班前都做半小時的伸展運動。工作帶給她無比的滿足感，在逐漸重返工作的期間，她一面處理工作，一面重新建立面對社會的信心。現在，Monica的目標是希望日後可以完全重拾從前的工作職責，她想再次出差到外國接洽海外的客人。

現在工作變得忙碌起來，但閒時Monica仍會相約家人及朋友飲茶，有時又會到郊外走走、去行山、作離島一日遊，假期時更會到外國旅行，擴闊視野！枴杖再用不著，她覺得自己轉變了許多，她重新感覺到自己是社會的一份子。

（資料整理：譚嘉儀）

註1. 香港工人健康中心的職員，亦是「生活重整小組」的工作者

全球禁用石棉的最新動向

爲進一步有效監管有毒化學品的國際貿易和使用，《關於在國際貿易中對某些危險化學品和農藥採用事先知情同意程序的鹿特丹公約》(The Rotterdam Convention on the Prior Informed Consent Procedure for Certain Hazardous Chemicals and Pesticides in International Trade，下稱《公約》) 第五屆締約方大會（下稱“大會”）已於六月二十至二十四日在瑞士日內瓦舉行。今次會議的其中一個討論重點爲應否把溫石棉納入《公約》的附件三以擴大對其進出口的監管。將溫石棉納入附件的意思，爲當某國家出口溫石棉之前，必須通知其入口國有關它所帶來的潛在危害以及安全處理的措施，而入口國亦必須表示同意知情，才可進行有關交易，因此將溫石棉列表是從道德層面作考量。印度作爲其中一個最大的溫石棉入口國，在大會上對有關議題最後表示支持，足證世界大部份國家對石棉危害的重視和承擔。

不過，由於加拿大這全球第四大溫石棉出口國對該項議案表示反對，因此在未有得到所有締約方的支持下，議案最終被否決，溫石棉仍未能被納入《公約》的附件中。在大會上，加拿大代表雖然表示認同有關溫石棉危害的研究論點，但該國亦認爲現時科學研究仍未能就石棉危害得出一致性的結論，所以暫時不贊成將溫石棉加入附件。其後，加拿大的工業部長在接受訪問時，以「最近有科學研究證明溫石棉能夠在安全而受控制的環境下使用」，作爲加拿大在大會上表示反對議案通過的原因。

事實上，對於加拿大反對今次的議案，當地的傳媒亦有發表相關的評論。加拿大一方面國內禁用溫石棉，但另一方面則不斷出口溫石棉至其它的發展中的國家，這種做法，被當地傳媒直指是破壞加拿大國際的聲譽，而且認爲加拿大人更應爲此而感到羞愧。溫石棉已被加拿大列爲有害物質；同時加國全面禁止家居使用溫石棉作建材，其政府更動用數千萬來清拆含溫石棉的公眾大廈，當中包括國會大樓以及主要官員的官邸，足見加拿大政府對於溫石棉的危害有一定的認同。另外，當地傳媒更披露一份加拿大衛生部的內部文件，顯示早在2006 年他們已經建議加國政府將溫石棉列爲《公約》的有害物質，但當時加國政府駁回了有關建議。

現時國際間仍然有不少團體或政府認爲溫石棉相對於其他種類石棉(包括鐵石棉和透閃石等)對人體的危害相對較低，這或導致不少國家仍然容許溫石棉的開採、使用以及進出口。事實上，世界衛生組織(World Health Organization,WHO)早已表示「所有種類的石棉對於人類來說都是致癌的，只有完全禁絕石棉才能保護公眾的健康」；此外，在最新一期流行病學期刊 (Annals of Epidemiology) 中亦刊登了一篇文章，指出現時已有足夠理據顯示即使單一接觸溫石棉都足以引致惡性的間皮瘤。該篇文章首先透過回顧美國的流行病數據，再進而比較加拿大、墨西哥、歐洲、亞洲以及澳洲的資料，是一份綜合世界上各個地方間皮瘤患者個案的重要參考資料。該文章作者在結論中表示所有患者都曾經因工作需要而接觸過溫石棉，部份個案更有十年以上的單一接觸溫石棉記錄；作者亦提出即使只是曾經少量接觸溫石棉也足以引致間皮瘤形成。此外，任何石棉的接觸都有機會引致間皮瘤的形成，一份研究指出早期推行全面禁用石棉的國家，不但能夠有效減少使用石棉以及減低接觸的機會，而同時因間皮瘤引致的死亡率亦比沒有禁止的國家爲低，這足以證明全面禁用石棉是能有助保障公眾的健康。

由於石棉物料在上個世紀70年代以前曾被廣泛使用，而與石棉有關的疾病潛伏期可高達20至30年，隨著時間和醫學技術的發展，相信在不久的將來全球將有更多確診的個案。故此，各國若能夠盡快支持將溫石棉納入爲《公約》有害物質的清單，將有助監管溫石棉的進出口貿易，進而保障全球公眾的健康。

（資料整理：鄧錦菁）

參考資料

- Asbestos: elimination of asbestos-related diseases. (2010). World Health Organization. Retrieved August 25, 2011, from http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs343/en/
- COP-5: Globe’s first line of defense against toxic chemicals strengthened. (2011). Rotterdam Convention. Retrieved August 26, 2011, from http://www.pic.int/TheConvention/Media/PressReleases/COP5Globesfirstlineofdefense/tabid/2263/language/en-US/Default.aspx
- Persistent Organic Pollutants. (2008). EPD. Retrieved August 25,2011, from http://www.epd.gov.hk/epd/textonly/tc_chi/international_conventions/pops/rotterdam_convention.html
- Kanarek, M.S. (2011). Mesothelioma from Chrysotile Asbestos: Update. Annals of Epidemiology. 21(9), 688-697.
- Nishikawa, K., Takahashi, T., Karjalainen, A., et al. (2008) Recent Mortality from Pleural Mesothelioma, Historical Patterns of Asbestos Use, and Adoption of Bans: A Global Assessment. Environmental Health Perspectives. 116(12), 1675-1680.
- Schmidt S. (2011). Canada concedes science against asbestos is sound. Government still not prepared to label the known carcinogen as hazards. The Vancouver Sun.
- Cheadle B. (2011). Tories refuse to say Canada’s position on warning world about asbestos dangers. The Canadian Press.

工健動態(一)

「動機式晤談法」工作坊的分享

本中心定期舉辦不同的專業培訓，給予工傷預防及醫護康復界別的專業人士，以提供一個平台，讓跨專業人士就工傷預防或康復進行分享交流。中心於本年度八月十九至二十一日，與香港中文大學公共衛生及基層醫療學院合辦，舉行爲期三天的「動機式晤談法」工作坊 (3 days Intensive Introductory on Motivational Interviewing)。「動機式晤談法」是一套以人爲本，具引導性的溝通方法，旨在啓發及強化個人轉變的動機，以致其於行爲上作出改變。我們舉辦工作坊的目的是推動工傷康復人士，在行爲上作出正面的改變，並爲重返工作作準備。

本中心特意邀請Ms Shalini Lal，她是一位國際動機式晤談法培訓導師網絡的會員（member of the International Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT)），對動機式晤談法具豐富經驗的加拿大藉講師到港主持工作坊，教授理論應用模式和分享外國應用的經驗。在三天的工作坊中，除了講解技巧及原則外，大部份時間透過互動的練習，如角色扮演及情境示範等，讓參加者更爲掌握實際的應用。

課程培訓導師Ms Shalini Lal於課堂上細心進行講解

參加者當中有來自不同機構／康復界別的專業人士，包括醫生、護士、物理治療師、職業治療師及、臨床心理學家及社會工作者等，出席人數共三十人，參加者積極投入參與，使工作坊得以順利完成。中心亦有派康復團隊職員參加是次工作坊，以提升職員的個案跟進技巧，提供更有效的跟進。回顧三天的工作坊，參加者均表示獲益良多，對現有的工作帶來新的反思及意義，體現到一個有效的晤談方式，並表示會嘗試把此面談方式應用於工作中。此工作坊得以圓滿成功舉行，有賴一眾參加者的踴躍參與，以及講師認真的教學講解，盼望來年繼續舉辦相關活動。

參加者積極及認真聆聽導師的教學

（資料整理：梁淑晶）

工健動態(二)

工作壓力管理工作坊：精神健康行動評估表的應用

由香港工人健康中心主辦及香港理工大學康復治療科學系協辦的「工作壓力管理工作坊：精神健康行動評估表的應用」已於6月11日順利舉行，我們很高興邀請到國際勞工組織勞動保障部前總監井谷徹醫學博士爲大家介紹《精神健康行動評估表》如何協助機構減低工作壓力對員工的負面影響。於工作坊中，井谷徹醫學博士深入淺出地向參加者說明了行動式評估表比傳統評估表在工作壓力管理方面的優勝之處，之後，他更示範如何使用評估表，讓在場參加者了解評估表的使用流程。工作坊期間，參加者都踴躍地參與小組討論及提問，與井谷徹醫學博士就著工作壓力管理方面有更深入的了解及交流。

本中心之後將繼續向不同機構推廣這個評估表，希望幫助他們改善工作壓力管理措施，減低工作壓力對員工的影響。

（資料整理：林彥彰）

職安剪報（2011年6月至8月）

1/6	工作感染肺癆，博愛醫院女工索償	東方
1/6	村屋地盤，吊車斷吊帶，骨折痛到抽搐	東方
2/6	助工友卸石屎，好管工中暑亡	明報
3/6	天氣續炎熱，兩工人中暑	東方
8/6	工業意外，兩工人命危	東方
9/6	地盤工遭蟻螫，呼吸困難入院	明報
10/6	釘契工廈塌簷篷壓工人	明報
11/6	手腳骨碎，傷者或需截肢	東方
18/6	黃雨前落沙井，渠工溺斃	明報
24/6	腎病地盤工，墮坑噴血亡	東方
24/6	串燒店工人，手掌遭「串燒」	東方
25/6	大家樂工人墮熱水鍋危殆	明報
26/6	安全帶未扣好，棚工跌死	明報
1/7	夾萬傾倒，壓死物流東主	經濟
5/7	出爐蛋撻淋頭，麵包師傅傷	東方
5/7	司機疑熱死，櫃車衝落斜	東方
5/7	洗衣店東撲火救毛巾燒傷	明報
5/7	老闆駕櫃車猝死，跟車急煞阻一劫	明報
6/7	冷氣工墜樓，大難不死	東方
6/7	酷熱駕熱狗巴，車長中暑	明報
8/7	拒立法定時休息飲水，拖延換走焗身衣	東方
8/7	工傷罰款制度，遇事多不上報	東方
9/7	八噸鋼筋壓死兩工人	東方
9/7	工業意外又奪命，勞工悲歌何時休	東方
9/7	酷熱警告，有瓦遮頭仍出事，紮鐵工中暑氣喘亡	明報
9/7	再有熱狗巴司機不適	明報
9/7	暗斜陷阱，毀吊籠殺兩工	明報
9/7	不改善職安形象，建造業難吸新血	星島
9/7	勞工處不公布傷亡報告摃轟	新報
10/7	鋼筋殺工人，兩家痛失支柱	東方
10/7	又四人熱暈，地盤工命危	東方
10/7	酷熱警告第6天，兩人中暑送院	明報
11/7	運署體檢當做騷，酷暑過勞猝死增	東方
11/7	九巴剷欄騎壆，車長猝斃	東方
11/7	北上工作猝死，索賠難上難	東方
11/7	酷暑工作高危，倡立法限時數	東方
11/7	團體促立法熱天工作增休息時間	東方
12/7	年初體檢合格，九巴車長開車猝死	明報
16/7	猝死急升，建造業擬增工人休息時間	明報
17/7	搭棚工解安全帶，失足墮樓亡	明報
17/7	殘疾僱員生產力評估	明報
18/7	鐵騎救護，穿大褸險中暑	東方
19/7	地盤工一時怕熱失聽覺	東方
19/7	維修大廈墮石屎，擊傷男工	東方
19/7	冷氣機添雪種，爆炸傷兩人	東方
19/7	老工人豪宅外牆墮樓亡	明報
19/7	港島西線工程，工程車失控司機傷	明報
21/7	女工疑中暑墮坡危殆	明報
6/8	的士司機開工昏迷命危	東方
7/8	再有熱狗巴車長中暑	明報
8/8	製餅東主遭攪拌機鏟斷指	東方
16/8	警員新總部安檢墮地命危	明報
18/8	豪宅地盤墜角鐵傷女工	明報
30/8	運輸車反轉，替工司機險死	東方

職安健訓練課程新推介

職安局致力為各界人士及企業，提供不同種類的職安健訓練課程。因應社會當時的需求，本局會設計合適的課程來配合。以下為 2011 年 10-12 月新增的職安健訓練課程：

1. 職業司機的工作健身操工作坊

職業司機因為需要而長期坐在駕駛席，可導致腰背痛、頸膊疼痛、腳部及臀部受壓、血液循環不足而出現痙攣等職業健康問題。預防方法除要注意工作坐姿及適當地調校座椅、軚盤及倒後鏡等，令駕駛舒適自然外；在工作一段時間後稍作休息並進行一些健身操，可有助舒緩骨骼肌肉不適。本工作坊與中國香港體適能總會合作，旨在為職業司機建議一些實用的工作健身操，讓學員在工作前或休息時段能夠學以致用，鬆弛及強化肌肉，以達致預防肌肉勞損。

2. 清潔及環境衞生業工作的職安健訓練員工作坊

清潔服務是現代社會中與人們最息息相關的行業之一。清潔行業員工不單為人們保持生活環境清潔舒適，亦營造了衞生的環境以減低疾病傳播的機會。清潔工人每日都定時負責清理垃圾、吸塵、打掃、抹窗、起漬等各種工作。這些工作都存在不同程度的風險，例如進行高空工作從高處墮下的危險、使用對身體有危害的化學品、工作場所凌亂引致滑倒、絆倒意外等。因此，所有員工必須正視工作地點的職業安全及健康問題，針對不同的危害，採取適當的措施，以預防工作的危害引致工作受傷或健康受損。

這是一個實用的工作坊，內容包括練習、個案分析及討論，使有志成為清潔及環境衞生業工作的職安健訓練員，能協助清潔機構對其清潔員工進行職安健訓練。

3. 義工服務工作職安健訓練員工作坊

香港人一向充滿善心與愛心，於參與義務工作方面更是義不容辭。根據統計資料顯示，現時參與「義工運動」的登記義工總數已超過 80 萬人，參與機構及團體總數亦超過 1,700 個。然而，義工的工作種類多元化，當中包括不少帶有安全及健康風險的工作。作為提供義務工作服務的機構 / 團體，除積極招募義工人手外，更應對其義工進行職安健的訓練，讓他們於提供服務時能勝任工作及明白有關安全的步驟，以免發生意外。

這是個實用的工作坊，內容包括練習、個案分析及討論，使有志成為義工服務工作的職安健訓練員，能協助提供義務工作服務的機構 / 團體對其義工進行職安健訓練。

4. 建造及裝修業 - 建造地盤小型工程 / 屋宇維修及裝修安全管理實務單元證書

建造地盤小型工程 / 屋宇維修及裝修工作所涉及的合約價值雖然比較大型建造工程低，工程人員工作時同樣要面對高風險的工序，例如高空工作、密閉空間工作、電動手工具等。要確保工地安全，深入認知該等行業的特性、危害及有效控制措施是必須的。本課程以個案及實例研討形式，將如何實際可行地安排及推動建造地盤小型工程 / 屋宇維修及裝修的安全管理及督導工作，使學員能從課程中所學到的，可應用在日常工作之中，提高安全工作環境之餘，更會提高施工的效率。

職業安全健康局
Occupational Safety & Health Council

北角職安健訓練中心 North Point OSH Training Centre
中國香港北角馬寶道28號華匯中心18樓
18/F, China United Centre, 28 Marble Road, North Point, H.K. SAR, China
電話 Tel : (852) 2311 3322 傳真 Fax : (852) 2151 7428
電郵 Email : trg@oshc.org.hk

職安局職安健學院 OSHC OSH Academy
中國香港新界青衣涌美路62號
62 Chung Mei Road, Tsing Yi, New Territories, H.K. SAR, China
電話 Tel : (852) 3106 2000 傳真 Fax : (852) 3106 0022
電郵 Email : trg@oshc.org.hk

2012國際工傷預防及康復研討會

從工傷預防到重返工作模式

2012年10月26 至28日(星期五至日)

上海市松江區光星路2209號 上海陽光康復中心

會議主題

- 工傷及職業病預防
- 工傷風險管理
- 工傷醫療康復
- 工傷職業康復
- 工傷康復管理

主辦機構

香港工人健康中心

廣東省工傷康復中心

上海陽光康復中心

論文摘要提交

現誠意邀請學者提交與大會主題相關的論文摘要。摘要可於2012年5月或以前以電郵方式提交大會秘書處

查詢及聯絡

海外，台灣，澳門及本港參加者：
香港工人健康中心
電郵：conference @hkwhc.org.hk

內地參加者：
廣州 - 廣東省工傷康復中心
電郵：gzrehab@vip.163.com