香港工人健康中心
Hong Kong Workers' Health Centre

香港家務助理總工會

陪月員職業健康研究報告 2014

目錄

序言..... P.2

摘要..... P.3

一、前言..... P.4

二、文獻回顧..... P.5

三、研究目的及方法簡介..... P.7

四、問卷調查結果概要..... P.9

1. 個人背景
2. 受聘情況
3. 工作內容
4. 與工作有關的職業健康情況

五、在職員工深入訪談..... P.16

1. 陪月員的受聘情況
2. 工作內容
3. 與工作有關的職業健康情況

六、討論..... P.20

七、建議及總結..... P.22

參考資料..... P.24

序言

隨著香港經濟不斷轉型和社會不斷進步，服務性行業無論在數量上、質量上和類型上均有長足的發展。一些專業的服務性行業便應運而生。陪月員便是其中之一。

眾所周知，職業傷病與職業性質息息相關。一些新興行業的職業傷病往往被政府、僱主、僱員和社會公眾所漠視，受害者往往是僱員及其家人。

香港工人健康中心與香港家務助理總工會為了瞭解陪月員的職業傷病狀況，遂於2012年10月至2013年2月期間進行了一項行動研究調查。調查結果反映該行業普遍面對“筋肌勞損、精神壓力、工作過勞和欠缺勞動保障”的問題，也暴露出特區政府、工會、職安健團體和社會公眾對此欠缺關注的形式。是項研究提示我們是時候從政策、教育、訓練、康復及社會服務的角度去回應陪月員的困境和需要。是為序。

陳根錦博士

香港工人健康中心董事

2014年5月

摘要

背景及目的

近年，隨著經濟的發展，市場對於陪月員的需求大增，據僱員再培訓局（下稱培訓局）統計顯示，2011/12年度完成陪月課程的人次較2009/10年度上升65%。同時，社會對於陪月員的工作要求亦相對提升，員工容易因工作量的增加而出現身體健康和心理健康問題。因此，香港工人健康中心特意與香港家務助理總工會一同合作進行是項行動研究，以了解陪月員的真實職業健康情況，讓業界及社會有更深入的了解，並透過提出可行的改善建議，一方面提高公眾對有關問題的關注，另一方面促請政府因應情況積極作出改善。

研究方法

是次的研究採用「參與式行動研究方法」(Participatory Action Research)，透過問卷調查和在職員工的個案訪談了解陪月員的職業健康情況，主要有以下的內容：陪月員的受聘情況、工作內容、與工作有關的職業健康情況、當中包括因工作所引起的身體勞損不適和心理或精神不適等範疇。

研究結果

綜合問卷調查和在職陪月員的個案訪談兩方面的量性(Quantitative)和質性(Qualitative)研究結果，我們發現業界欠缺一個慣常的聘用模式及完善的就業配套，部分陪月員沒有簽訂僱傭合約和購買工傷補償保險。同時，陪月員涉及勞損的徵狀普遍，卻甚少主動求醫。

此外，大部分的陪月員曾有工作壓力過大的經驗，主要原因是有感照顧嬰兒的責任重大，增加他們的精神壓力。而僱員再培訓局作為主要的培訓機構，每年均會開辦陪月課程，當局對於職業健康安全這方面的課題未能完善地配合從業員實際工作環境的需要，令陪月員的支援有不足的情況出現。

建議及結論

陪月員於日常工作中會經常面對著不同程度的職業健康問題，會對其生理或心理造成不良的影響。為提升陪月員的職業健康水平，建議加強工傷及職業病的保障，設立中央補償基金及教育僱主與僱員簽署書面合約，令從業員能在職業健康這範疇上得到合理的保障。此外，於職安健的配套上，仍有改善的空間，如完善就業網絡配套，避免從業員受到中介公司的剝削及加強陪月培訓課程的職安健課題，增加他們對預防職業傷病的意識。

一、前言

香港工人健康中心(下稱「工健」)自1984年在港成立，多年來努力推動改善本港各行業的職業健康而努力。「職業健康」指的就是「職業和工作場所情況」與「員工健康」兩者關係的探討，如何能有效透過基層預防(Primary Prevention)避免與員工工作有關的健康問題發生，正是多年來世界各先進國家的共同目標。而職業健康包括兩大範圍：職業安全和職業衛生。簡單來說，若工作場所不安全，就會導致職業意外的發生；而職業衛生除一般所認識的清潔衛生外，還涉及在工作環境和工作性質中各樣可以危害員工健康或引致不適的因素，甚至因而令員工患上職業病[1][2]。

香港勞工處每年都會就本港年度的職業傷亡數字發表統計報告，據最新發表的統計數字顯示，2012年全年的職業傷亡數字有39,907宗，經證實為職業病的個案數字達280宗[3]，當中更有四分一人確診患上手部或前臂腱鞘炎。此外，由2009年至2013的上半年累積的職業病個案數字更高達1234宗[4]，情況實在令人關注。

隨著經濟及社會的發展，個人服務的需求大增，而陪月行業的發展尤其迅速，根據培訓局調查所得，有八成二的準媽媽在懷孕半年內已聘請陪月員[5]。由於人們的教育水平越來越高，普遍僱主對於陪月員的要求相對提升，期望陪月員能提供多元化的服務，不僅要求他們能純熟地照顧嬰兒和產婦，大多更要求其離職前需要教授產婦及其家人或家傭照顧嬰兒的技巧[6]，此令陪月的工作量和工作壓力日益沈重，從業員除了因工作內容而容易出現身體健康問題外，長時間的工作壓力下而出現的心理健康問題亦日趨嚴重。

過往有不少社福機構曾就家務助理的職業病問題進行調查研究，可是有關陪月員職業健康安全的議題一直未被關注。以致此行業的職業健康相關的調查和研究不足，令社會各界對此行業的職業健康問題缺乏了解。加上，現今市場對陪月員的需求甚殷，故此對於近年興起的陪月業界存有很大的研究空間。

香港家務助理總工會(下稱「工會」)成立以來一直推動改善政策及婦女權利，積極向政府和有關組織提出針對業內的工作環境改善建議。有見及此，為了解陪月員的工作現況和有關的職業健康情況，工健特意邀請工會一同合作進行是項行動研究。從科學角度了解陪月員的生理及心理的職業健康情況，讓各界有更深入了解，藉此提高公眾對職業健康的關注和提升行內的職業健康水準，並透過提出有效可行的改善建議，以正面態度鼓勵僱主提倡改善僱員的職業健康，履行僱主的責任。

二、文獻回顧

陪月行業的背景及培訓

「坐月」是東亞民族的婦女在生產過後休息及調養身心的習俗，起源不詳，但此傳統習俗流傳至現今社會。而專門為產婦和初生嬰兒提供護理服務的從業員，在香港普遍稱之為「陪月員」，中國內地則稱之為「月嫂」。以往，並沒有「陪月行業」的說法，早期的陪月員有機會是由家庭保姆和家庭護理員演變而來[7]。

隨著時代的變遷，家庭保姆行業分化出陪月行業，標誌著社會上的需求專業化，令陪月的服務行業發展迅速及愈趨成熟。根據培訓局的資料顯示，陪月員的工作主要是按僱主的實際需要而定，一般包括產婦護理、嬰兒照顧、教授僱主及家人照顧嬰兒的技巧及進行簡單家務等[8]。

在香港，培訓局於2005年開始推出「陪月員證書課程」，令近年新入行的陪月員增加一個渠道接受培訓及技能考核並獲得認證。參考培訓局的課程介紹，陪月員的培訓時數為期8週，共152小時，而課程主要包括以下的內容[9]：

- 陪月的行業概況
- 迎接新成員的準備
- 產後護理
- 產婦心理支援
- 產婦坐月食療
- 中式傳統習俗
- 認識嬰兒發展
- 嬰兒照顧技巧
- 初生嬰兒餵食技巧
- 家居常用急救常識
- 個人素養及求職技巧

筋肌勞損的危害

陪月員在照顧產婦及嬰兒的期間，大多的工作會涉及體力處理操作的動作，如工作時不加注意，使用不正確的工作姿勢，例如彎腰，便有機會引致筋肌勞損的問題。國際間，有多個權威性的職安健研究機構如世界衛生組織 (World Health Organization, 簡稱 “WHO”)、英國健康與安全管理局(Health and Safety Executive, 簡稱 “HSE”) 和美國職業安全及健康管理局 (Occupational Safety and Health Administration, 簡稱 “OSHA”) 等國際機構都對於筋肌勞損的問題有進行深入的研究及分析。

HSE把筋肌勞損介定為影響肌肉、關節、肌腱或椎間盤的損傷。而這種的損傷最大機會影響到背部、肩膀、頸部及下肢，症狀包括疼痛、乏力、麻痺、刺痛和腫脹等[10]。若員工的身體患上筋肌勞損的問題，除感到有疼痛及不適的現象外，還會降低其工作能力，嚴重的更會導致永久失去活動能力，據估計，每年因筋肌勞損而損失的工作日高達1160萬天[11]。HSE亦指出在英國，員工因為腰背痛而缺勤的情況非常普遍[12]。受腰背痛影響的員工大多涉及以下的工作，如需提重物或單手承載負荷物、進行重複性的動作、經常彎腰或蹲下、工作時感到身體疲憊等[10][13]。

與陪月員相關的職安健研究

過往，國際間包括本港及中國內地也缺乏關於陪月員或與母嬰照顧員相關的職業健康調查研究，但由於其工作性質與家務助理、照顧員等相似，故此我們參考了一些與這些行業相關的調查研究，以加深對陪月員日常工作中的職業健康危害因素的了解。

此外，本港亦曾進行和家務助理相關的職安健調查，結果發現香港的家務助理患上筋肌勞損的問題普遍，有逾七成分別患上肩、上臂、腰及膝關節的職業性勞損問題[14]。有報章亦提到於勞工處轄下兩間職業健康診所處理有關家務助理的求診個案中，有八成是患上包括頸部、肩膊及關節的勞損問題[15]。並且，有關幼兒照顧員的外國研究也指出，有六成的照顧員表示有因照顧幼兒而出現身體不適的情況，照顧員最常出現筋肌勞損的身體部位包括肩膊(57%)、腰背(54.7%)及頸部(45.3%)，當中，腰背勞損和缺勤率的關係最為顯著，超過半數的照顧員需要提重物、抱小孩、工作時涉及不正確的工作姿勢或常彎腰，便會大大增加筋肌勞損的機會[16]。

同時，由於陪月員的工作與一般剛成為母親並需要照顧初生嬰兒的婦女無異，故我們亦有參考相關的文獻。有研究調查發現需要照顧初生嬰兒的母親，身體會承受著很大程度上的勞損問題。由於初生嬰兒有一定程度上的體型及重量，嬰兒的衣物、毛毯亦會增加其重量；加上，初生嬰兒未有活動能力，當他們的身體像球般捲曲時，照顧者的身體便需遷就嬰兒而容易採用不良的姿勢。此外，當抱著嬰兒的時候，嬰兒的移動會令負重的重心產生變化，而這個重心變化則需要照顧者作出調整，這會增加照顧者的肌肉與骨骼的負擔；而當嬰兒睡著的時候，其重量亦會相對提升而增加照顧者的抱舉風險[17]。研究也指出嬰兒照顧者的腰背有機會達到中度至高度的受傷風險，主要與以下的因素有關，包括照顧者的發力程度及嬰兒的重量；而環境的因素則與空間的限制及輔助工具有關[18]。

照顧員的心理健康

除了筋肌勞損的問題，多個研究亦指出幼兒照顧員在工作中普遍會遇上心理因素的問題，包括情緒低落、沮喪、抑鬱、焦慮等症狀。其中，精神壓力是照顧員最為顯著的心理困擾問題，壓力的來源主要來自工作環境、工作量過大、身心疲憊、輪班工作等因素[19]；若照顧員於工作中長時間被要求付出精力、專業技能、以及對照顧對象產生直接責任的壓力、而未獲取足夠的休息，便會有很高的風險患上抑鬱症的症狀[20]。

除此以外，心理的因素與腰背痛的關係密切，研究指出心理因素會影響長期腰背痛的患者，如工作中的精神壓力過大或與家人的關係不和睦，也會是一些因素而影響到人的心理健康情況，從而有機會加劇患者的腰背不適的狀況。照顧員的工作需為別人提供生理及心理的支援，故其心理健康的質素實在不容忽視[21]。有文獻指出為照顧員提供精神壓力管理的教育是十分重要，很多時候，有些照顧員甚至會怯於提出休息的要求。透過壓力管理的課程，能讓照顧員更了解壓力的成因和徵狀、以及一些減壓的方法，令他們更能處理壓力，釋放緊張的情緒，甚至是產生正向的思想，更積極地與別人溝通，以強化自身的心理健康[22]。

三、研究目的及方法簡介

研究目的

本研究旨在了解香港陪月員的職業健康情況，主要內容包括：陪月員的受聘情況、日常工作情況、與工作有關的職業健康問題等，透過問卷調查及聚焦小組得到的數據資料進行分析，並就分析結果提出有效可行的改善建議，鼓勵有關的機構提倡改善陪月員的職業健康，以提升行內的職業健康水平。

研究對象

是次的研究對象為於過去曾任職或現正任職陪月行業的從業員，探討其現時或上一次任職陪月員的情況。

研究方法

本研究採用「參與式行動研究方法」(Participatory Action Research)，這方法重視合作、教育及行動，引起社會的關注與改變，用以解決及改進社群的實務問題。方法的核心觀念是相信前線員工及工會是最熟悉該行業的運作模式、工作環境及工作流程，有助更全面地掌握引致員工職業健康受到威脅的各種因素。透過與僱主和有關機構代表開會討論，以積極參與及共同提出在業內具體且可行的改善建議。

本研究採用以下兩種途徑，以深入了解陪月員的職業健康情況：

1. 問卷調查

於2013年3月至7月期間，我們透過工會的協助，在會員活動期間派發問卷向工會會員進行是次問卷調查。研究問卷內共有32條選擇題，主要問及受訪者的個人背景資料、從業年資、受聘情況、日常工作內容、因工作而引起的身體不適情況和個人工作壓力等範疇。

2. 在職陪月員個案訪談

與4位不同年資的在職陪月員進行聚焦小組訪談。訪談的目的主要為深入詳細了解從業員對他們的工作內容、受聘及職安健現況等看法及訴求，並就相關問題收集一些他們提出的改善意見。

資料處理及分析

所有經覆核後為有效的問卷由研究員以電腦軟件「SPSS 15.0」進行整理和分析。

四、問卷調查結果概要

透過工會的協助，是次調查已完成並回收問卷共140份。

第一部分 個人背景 (見表1)

是次調查中，受訪者的年齡以45至54歲為主(51人，37.2%)，其次是55歲或以上(46人，33.6%)，35至44歲或以上受訪者則只有26.3%(36人)。至於最高教育程度方面，超過一半的受訪者屬於中三程度(86人，63.8%)，其次中五程度的有19%(26人)。而年資方面，受訪者的行業年資以2年以下者最多，共72人(52.2%)，其次是2至3年者(28人，20.3%)，而從事8年或以上者的有16人(11.6%)。

表1. 個人背景統計數據

	人數	百分比(%)
年齡(n=137)		
25至34歲	4	2.9
35至44歲	36	26.3
45至54歲	51	37.2
55歲或以上	46	33.6
最高教育程度(n=137)		
小學程度	21	15.3
中三程度	86	62.8
中五程度	26	19.0
新高中/預科程度	2	1.5
大專程度或以上	2	1.5
從事陪月員年資(n=138)		
少於2年	72	52.2
2至3年	28	20.3
4至5年	13	9.4
6至7年以下	9	6.5
8年或以上	16	11.6

有關百分比準確至小數點後一個位

第二部分 受聘情況 (見表2)

超過半數的受訪者(92人，65.7%)都有跟僱主簽訂僱傭合約，他們大多有購買工傷補償保險，64.3%(90人)表示僱主主動為他們購買保險；有10.7%(15人)是他們主動要求僱主購買。可是，亦有受訪者指出僱主沒有為他們購買保險(24人，17.1%)，或不清楚僱主有為他們購買保險(11人，7.9%)。

工作時間方面，大多數的受訪者表示每星期平均工作少於6天(112人，80%)，而表示每星期平均需要工作6天或以上的受訪者佔20%(28人)。另外，有受訪者曾試過連續工作7天(55人，39.3%)，沒有試過連續工作7天則有60.7%(85人)。曾試過連續工作7天的受訪者當中，接近半數曾試過最長連續工作少於10天(27人，49.1%)，其次分別是最長連續工作10至14天(19人，34.5%)、15至19天(5人，9.1%)和20天以上(4人，7.3%)。至於工作時數方面，他們大都以工作8至9小時為主(97人，71.3%)，其次是工作少於8小時 (24人，17.6%)，而工作10至11小時的受訪者有7.4%(10人)，但亦有3.7%表示需要工作12小時或以上(5人)。

表2. 受聘情況統計數據

	人數	百分比(%)
有否與僱主簽訂合約(n=140)		
有	92	65.7
沒有	48	34.3
有否曾購買工傷補償保險 (n=140)		
有，僱主主動為我購買	90	64.3
有，我主動要求僱主為我購買	15	10.7
沒有	24	17.1
不清楚	11	7.9
每星期平均工作多少天 (n=140)		
少於6天	112	80
6天或以上	28	20

表2.（續）

	人數	百分比(%)
有否試過連續工作7天 (n=140)		
有	55	39.3
沒有	85	60.7
最長連續工作多少天 (n=55)		
少於10天	27	49.1
10至14天	19	34.5
15至19天	5	9.1
20天或以上	4	7.3
每天平均工作多少小時 (n=136)		
少於8小時	24	17.6
8至9小時	97	71.3
10至11小時	10	7.4
12小時或以上	5	3.7

有關百分比準確至小數點後一個位

第三部分 工作內容 (見表3)

有受訪者指出每天的工作除了協助產婦及照顧嬰兒，還涉及其他的工作內容，當中，大部分受訪者需要購買餸菜(122人，87.1%) 及預備膳食(128人，91.4%)。此外，亦需要替僱主洗熨衣物(59人，42.1%) 和進行家居清潔(27人，19.3%)。約七成的受訪者表示每天平均共抱嬰兒少於2小時(71人，51.5%)，其次是2至3小時(47人，34%)，亦有14.5%的受訪者(20人)表示每天平均共抱嬰兒3小時以上。而有超過三分一的受訪者(47人，34.3%)表示每次平均需要連續抱著嬰兒多於30分鐘。有接近四成的受訪者(51人，38.3%)的身體的上肢部位有因抱嬰兒的工作而出現勞損不適徵狀或令有關問題惡化。

此外，除了抱著嬰兒外，有超過半數的受訪者(92人，67.2%)表示每天需要提取重物，有41.3%(38人)會徒手提取重物，有58.7%(54人)則會使用工具輔助。使用工具提取重物的受訪者當中，有八成的人(44人，81.5%)需自備工具；有接近二成的人(10人，18.5%)的工具則由僱主提供。有半數的受訪者(47人，51.1%)指出身體的上肢部位有因持續提取重物的工作而出現勞損不適徵狀或令有關問題惡化。

另外，超過九成的受訪者(131人，94.2%)表示工作時需要涉及彎腰動作，較常見的彎腰動作包括從嬰兒床把嬰兒抱起/把嬰兒放回嬰兒床(129人，92.8%)和替嬰兒洗澡(120人，86.3%)。當中身體的上背或腰背部位因彎腰的工作而出現勞損不適徵狀或令有關問題惡化的受訪者佔三成多(43人，35.8%)。並且，有三分一的受訪者(42人，30.1%)指出每次平均需要持續站立或行走2小時或以上。而身體的下肢部位因持續站立或行走的工作而出現勞損不適徵狀或令有關問題惡化的受訪者佔26.4% (37人)。

研究亦發現，每天工作中，近半數的受訪者表示沒有休息時間(73人，52.9%)，而表示有休息時間的則有65人(47.1%)。有休息時間的受訪者當中，有半數的人(31人，51.7%)指出每天平均的休息時間少於1小時。

表3. 工作內容統計數據

	人數	百分比(%)
每天的工作除了協作產婦及照顧嬰兒，還有否涉及什麼內容		
有	134	95.7
沒有	6	4.3
涉及的其他工作內容包括：		
家居清潔	27	19.3
買餸	122	87.1
預防膳食	128	91.4
洗熨衣物	59	42.1
其他	3	2.1
每天平均共抱嬰兒多久(n=138)		
少於2小時	71	51.5
2至3小時	47	34
超過3小時	20	14.5
每次平均需要連續抱著嬰兒多久(n=137)		
少於30分鐘	90	65.7
30分鐘或以上	47	34.3

有關百分比準確至小數點後一個位

表3. （續）

	人數	百分比(%)
身體的上肢部位(參考圖A:肩膊、手肘、前臂、手腕)有沒有因抱嬰兒的工作而出現勞損不適徵狀(包括累積性的疼痛、乏力、麻痺等)或令有關問題惡化(n=133)		
有	51	38.3
沒有	82	61.7
除了抱著嬰兒外，每天還有沒有其他工作需要提取重物(n=137)		
有	92	67.2
沒有	45	32.8
會以什麼方式提取重物 (n=92)		
徒手	38	41.3
工具	54	58.7
使用的工具由誰提供 (n=54)		
自備	44	81.5
僱主	10	18.5
每天平均需要持續提取重物多久 (n=33)		
少於30分鐘	23	69.7
30分鐘或以上	10	30.3
身體的上肢部位(參考圖A:肩膊、手肘、前臂、手腕)有沒有因持續提取重物的工作而出現勞損不適徵狀(包括累積性的疼痛、乏力、麻痺等)或令有關問題惡化 (n=92)		
有	47	51.1
沒有	45	48.9
工作有否需涉及彎腰動作		
有	131	94.2
沒有	8	5.8
涉及的彎腰動作包括：		
打掃	40	28.8
替嬰兒洗澡	120	86.3
從嬰兒床把嬰兒抱起/把嬰兒放回嬰兒床	129	92.8
替嬰兒換尿片	119	85.6
其他	2	1.4

表3. （續）

	人數	百分比(%)
身體的上背或腰背部位（參考圖B）有沒有因彎腰的工作而出現勞損不適徵狀（包括累積性的疼痛、乏力、麻痺等）或令有關問題惡化呢？(n=120)		
有	43	35.8
沒有	77	64.2
工作有否需要持續站立或行走(n=139)		
有	135	97.1
沒有	4	2.9
每次平均需要持續站立或行走多久		
少於2小時	93	66.9
2小時或以上	42	30.1
身體的下肢部位（參考圖B:大腿、膝蓋、小腿、腳踝、腳掌）有沒有因持續站立或行走的工作而出現勞損不適徵狀（包括累積性的疼痛、乏力、麻痺等）或令有關問題惡化 (n=135)		
有	37	27.4
沒有	98	72.6
每天工作中，有沒有休息時間 (n=138)		
有	65	47.1
沒有	73	52.9
每天平均的日間休息時間共多久 (n=60)		
少於1小時	31	51.7
1小時或以上	29	48.3

有關百分比準確至小數點後一個位

第四部分 與工作有關的職業健康情況 (見表4)

研究顯示，接近全數的受訪者(136人，97.8%) 有參與過陪月員培訓課程，只有2.2% (3人)未曾參與過培訓課程。同時，有九成多的受訪者(129人，95.6%)表示培訓課程有包含職業健康安全的內容。在139位受訪者中，只有17位(12.2%)表示曾被醫生確診患上至少一種身體健康問題(不包括可傳染疾病)。他們當中最多人患上肩周炎(8人，47.1%)和腰背痛的問題(7人，41.2%)，另外亦有4位受訪者(23.5%)表示患有膝骨關節炎。患有身體健康問題的受訪者中，有14人(93.3%)認為這些問題跟現時的工作內容有直接的關係。有8名(47.1%)的受訪者認為勞損不適的問題會令工作表現和日常生活皆受影響，亦有7名(41.2%)表示只影響日常活動。

至於工作壓力方面，有四成的受訪者(60人，43.2%)表示經常感到工作壓力過大，亦有27.3%(38人)的受訪者表示間中會感到工作壓力過大，而指出沒有工作壓力的佔23%(32人)。他們最多人認為工作壓力是來自照顧嬰兒感到責任很大(85人，81%)，其次是僱主的要求過高(69人，65.7%)及產婦的情緒不穩(61人，58.1%)。

表4. 與工作有關的職業健康情況統計數據

	人數	百分比(%)
您有否參與過陪月員培訓課程(n=139)		
有	136	97.8
沒有	3	2.2
培訓課程有否涉及職業健康安全的內容 (n=139)		
有	129	95.6
沒有	6	4.4
你曾否被醫生確診患上一些身體健康問題 (n=139)		
有	17	12.8
沒有	122	87.8
經確診患上的身體健康問題 (n=17)		
頸椎綜合症	2	11.8
腰背痛	7	41.2
肩周炎	8	47.1
腕管綜合症	3	17.6
網球肘	3	17.6
膝骨關節炎	4	23.5
下肢靜脈曲張	1	5.9
其他	1	5.9

表4. （續）

	人數	百分比(%)
你認為上述的健康問題與現時的工作內容有否直接關係(n=15)		
有	14	93.3
沒有	1	6.7
你有否曾因上述有所提及的勞損不適問題而令工作表現或日常活動受到影響 (n=17)		
只影響工作表現	1	5.9
只影響日常活動	7	41.2
兩者皆受到影響	8	47.1
兩者皆沒有受到影響	1	5.9
你有否感到工作壓力過大 (n=139)		
有，經常	60	43.2
有，間中	38	27.3
有，甚少	9	6.5
沒有	32	23.0
您認為工作壓力的來源是什麼 (n=105)		
與僱主及嬰兒的磨合	55	52.4
僱主的要求過高	69	65.7
照顧嬰兒感到責任很大	85	81
產婦的情緒不穩	61	58.1
工作量過大	42	40
工時不定	40	38.1
工時過長	7	6.7
其他	2	1.9

* 有關數字沒有計入百分比
\# 有關百分比準確至小數點後一個位

五、在職員工深入訪談

為了解香港陪月員的職業健康情況，尤其是針對因他們的工作實況而引起的生理和心理影響，我們特意在2013年9月上旬安排了一次聚焦小組訪談，透過口述形式，與現職陪月員進行面談，以了解他們對於自身工作崗位的職安健現況的看法及訴求，並針對現行制度和保障不足的訴求和提出一些實際可行的改善建議。

透過工會的協助，是次訪談共邀請了4位年資介乎2至13年的陪月員一同分享他們的經驗和感受。我們基於訪談時的過程和內容把有關資料歸納為數個主題作討論分享，而為了能清晰表現每一個案的意見和感受，這部份將從個案的口述中直接摘要有關字句和措辭，務求能讓外界得悉行業中的最真實情況。

以下為4位個案的背景和與陪月工作有關的基本資料概要：

個案代號	性別	入職年資	簡介
F小姐	女	13年	• 早年每天工作約4至6小時，每份工作佔約2至3個月，高峰時每天照顧兩位僱主，一年接超過10宗生意；現時每份陪月工作減少至1至2個月。
J小姐	女	3年	• 每份陪月工作佔約1至2個月，每天工作約6至8小時，一年大概接4宗生意。
T小姐	女	2年	• 每份陪月工作佔約1個月，每天工作約6至8小時，每星期工作6天，一年大概接8宗生意。
C小姐	女	10多年	• 早年大多應付24小時的陪月工作，現時大多每天工作8小時

1. 陪月員的受聘情況

在訪談中，我們問及有關陪月行業的慣常聘用模式。他們表示現時本港未有一個既定的陪月員聘用模式，有個案反映經驗較豐富的陪月員主要靠親友轉介，即是以「口碑」而得到工作機會，但初入行的大多需依靠中介公司找工作。

而據個案所述，有僱主沒有與他們簽訂合約和購買勞工保險，而合約的簽訂對於他們的保障也不大，雖然合約的條文是由他們與傭主或中介公司雙方制定，但條文內容如工作時數或工作內容等會因應僱主的要求而作出臨時的調整。

個案代號	訪談內容摘要
F小姐	• 「因為我做得耐，以前多數都冇簽(合約)嘅，但依家就睇下係邊啲僱主，如果係一啲熟客介紹嘅僱主，大家知道就冇簽嘅，我地以前做落都係冇合約嘅，係呢幾年先至有合約，變左舊嘅僱主會話不嬲都冇簽架喎，因為依家如果要簽合約又要身份證、又要落訂各樣」 • 「同埋合約冇咩保障，我地做陪月，分分中要做多一個鐘先至走架麻，因為佢喊緊嘅時候或者有咩事就實會遲走，但係呢啲情況我地就冇人工架喇。同埋有咩事，係乜都唔包架」 • 「如果政府嘅配套做得好，係唔應該會有中介嘅出現囉，因為中介嘅出現，對於我地黎講係剝削得好犀利，僱主同僱員都剝削，其實佢地(政府)宣傳唔係好夠，所以點解中介會多啲人搵」
J小姐	• 「簽個時有叫佢地幫我地買(保險)，但佢地有冇買呢，就唔知喇，但番工就唔會問佢攞番張單架麻，一問佢攞單即係唔信佢啦，合約冇寫買保險嘅，只係口頭話你一定要同我地買，佢地實際有冇買就唔知喇」
T小姐	• 「因為最麻煩呢就喺我哋呢份工呢，你要靠自己口碑去傳落去，先有工做架嘛」 • 「我試過有一次，中介搵人打比我，話有個客已經換左5、6個架喇，5、6個都唔滿意喎，問我有冇時間去做呢單。所以見到中介公司係一唔滿意就唔要你，可以換5、6個，當試工咁，試試下都已經滿月啦」
C小姐	• 「如果自己接嘅呢，就自己同個客簽；如果係中介公司介紹嘅呢，就中介同我簽，但個佣金係收得好貴」 • 「中介公司個邊唔保啦，家庭僱主個邊都唔保，我地同佢地簽個合約都無咩用，甚至可以毀約，唔鐘意就解僱我地」

2. 工作內容

透過訪談，我們得知陪月員的工作除了照顧產婦及嬰兒外，還有機會需要預備膳食，處理簡單家務等，當中涉及彎腰的情況最為普遍。個案表示工作可能會出現臨時「加碼」的情況（即需準備較一般情況更多人的膳食），由於陪月員需靠口碑而得到工作機會，故在工作期間遇到不公的情況大多亦不會即時向僱主反映。

個案亦指出僱主往往會有很多顧慮，經常擔心陪月員未能照顧好嬰兒，結果陪月員需要工作之餘，亦需安撫僱主的情緒，身兼多職，要處理的工作變相增加，導致休息時間不足。

個案代號	訪談內容摘要
F小姐	• 「譬如你規定左我煮你一家三口嘅飯喇，有時會喺今晚收工話俾你知，我聽日幾多嗰人黎，八餸一湯。咁呢我初初新仔嗰陣時呢，都無所謂啦，就照做，佢成日臨時加碼，就變左其實有好多不公平嘅野響度囉」 • 「有啲媽咪因為佢間屋好大，個廚房同間房係有啲距離，佢就成日行出黎，我做六個鐘，佢就幾乎全部時間都跟住我行出行入，基本上我冇休息過」 • 「如果一日做兩家，我要去兩次街市買餸，仲有一樣嘅就係我都係一個媽咪黎，屋企都要做野架，屋企都要食飯架，所以去三次街市，所以番到屋企真係命都冇埋」
T小姐	• 「遲收工就實有，啱啱想收工嘅時間，呀B又賴咗啦或者呀B又扭眼瞓喇，呀B扭眼瞓唔喺話一氹就瞓到，可能分分鐘你真喺要氹成個鐘頭佢先可以入睡」 • 「同阿b沖涼啦，又洗臉呀，又洗肚臍呀，又換片又抹身，到同佢著埋衫，都要時間架麻，你條腰骨成日咁彎住，真係覺得條腰係最傷」 • 「個啲媽咪生完個種情緒，對個b真係非常緊張，你去到佢就係咁講阿b點樣搞到佢琴晚冇得訓，咁你就安慰佢啦，叫佢唔使擔心，依家我黎咗，叫佢放心訓覺，阿b就由我負責。但佢就係成日都唔訓，或者成日坐喺度，或者打開個房門訓，一路訓就一路吸住你，你根本就係冇休息架」
C小姐	• 「我地做24小時嘅，有時半夜三間，咪抱住個b，佢唔訓我又唔訓囉，佢天光我又天光，佢扭計嘅話就冇得休息冇得訓」

3. 與工作有關的職業健康情況

訪談過程中，個案大多表示雖然陪月的培訓有涉及職安健的課題，但理論與現實環境不符，每個工作環境都不同，沒有一個固定嘅工作崗位，經常會遇上工作的手肘高度不合適、工作環境狹窄等情況，會容易導致或加劇身體勞損的問題。

加上，個案表示如因工作而出現了勞損不適的徵狀，大多未必會看醫生和向僱主反映，除非是即時流血的受傷，否則只會強忍，因怕僱主不相信其能力，影響口碑。除了勞損不適的情況，他們亦反映陪月員經常會感受到無形的工作壓力，有感照顧嬰兒的責任重大，僱主的家人亦會把焦點放在嬰兒身上，對陪月員的要求亦相當高，甚至在家中安裝攝錄機，對自身構成很大的精神壓力。

個案代號	訪談內容摘要
F小姐	• 「個課程同個現實係脱節，好多時候用一個標準去考試，黎判斷我地合唔合格。同埋個課程係唔夠更新，對於我地嘅壓力舒緩都冇咩講」 • 「我地除非呢，喺個度真係唔郁得喇，無辦法之下，你條腰骨唔得就係唔得，就要去睇醫生喇，不過都要偷偷地去睇，唔會遞病假紙，如果唔係僱主會俾臉色你睇」 • 「其實我地份工，如果話只係做野，買餸呀，佢湊b呀，其實唔算好辛苦，反而係冇形嘅壓力，真係人工都比唔上。有時啲客好緊張個b，講啲説話好難聽，真係好大壓力，放假都放得好唔安樂，成日諗住我湊個bb點呢。呢啲冇形嘅心理壓力，係用錢補償唔到」
J小姐	• 「培訓對於職業健康安全呢方面嘅知識有一堂係獨立講架，內容係講勞損，正確搬運姿勢呀，法例呀」
T小姐	• 「我試過有一次，要遞高隻手去掩啲櫃門，唔小心整左成條痕出黎，流血啦下，個手骸真係傷左，隻手真係痛到郁唔到，我就同個僱主講，我隻手好痛呀，因為整個櫃個時一個唔小心就整到，佢一聽到我話佢個櫃個時，佢個臉口都已經唔係咁好，覺得我賴佢啲櫃」 • 「同bb沖涼，佢就一路攝錄，成班人影住你咁，咁錄黎做咩呢，佢就話第時可以識同bb沖涼，咁就唔知啦。尤其是天眼，冇得放慢，一定要快，總之幾廿對眼望住你，精神壓力好勁架」
C小姐	• 「雖然培訓有教勞損，但因為我地做嘅環境家家唔同，咁正確嘅搬運姿勢係點其實好難做，有啲地方太細，唔彎腰唔得」 • 「基本上有咩傷嘅問題唔會點同僱主反映，如果你話我呢痛呀，佢會話你走啦，痛呀嘛，咁你仲做咩，不如走啦，你抱唔住我bb架喎，所以我地抱開bb，手痛都唔敢出聲」 • 「依家啲僱主好緊張個小朋友，要好乾淨呀，佢睇得你好緊呀，好似裝晒攝錄機咁，依家十個有九個都有裝攝錄機。仲有，你唔知邊樣佢覺得你唔啱，咁佢有攝錄機，分分中可以用黎做呈堂證供，通常又唔會話比我地知有攝錄機，但係我地係知道有攝錄機，搞到我地壓力好大」

六、討論

綜合問卷調查和在職員工個案訪談兩方面的量性 (Quantitative) 和質性 (Qualitative) 的研究結果，我們發現陪月員在其受聘情況或日常工作內容中會面對一些職業健康問題，這直接或間接地對他們的生理和心理健康構成不良影響。我們將就著研究的結果進行討論，以探討更多有關陪月員的職業健康情況：

1. 業界欠缺一個慣常的聘用模式及完善的就業配套

是次的調查發現，約34%受訪者沒有簽訂僱傭合約，當中有約25%受訪者表示僱主沒有為其購買工傷補償保險和不清楚有否購買工傷補償保險。由於現時行內沒有統一的僱傭合約條文可供參考，合約往往由僱主和陪月員共同協定，因而令陪月員沒有固定的工作時數、天數和薪金。條文內容亦有機會因應僱主的要求而作出臨時的調整，未能為僱員帶來足夠的保障。

加上，業界欠缺一個完善的就業配套，陪月員主要靠「口碑」和親友轉介而得到工作機會，初入行的更大多需依靠中介公司找工作。中介公司較注重維護自身利益，令陪月員容易受到剝削，例如會出現抽佣金高、不包括任何的賠償、因應僱主的要求可隨時換陪月員等情況。

2. 陪月員涉及勞損的徵狀普遍，卻甚少主動求醫

陪月員工作中需兼顧產婦飲食、照顧嬰兒，及家務工作，提取重物、長期手抱嬰兒及彎腰工作，都會導致肌肉勞損。調查的數據顯示超過五成的陪月員因為工作緣故出現上肢勞損的徵狀。同時，超過九成的受訪者工作時需要彎腰的情況普遍，他們亦表示相較其他工作內容，需要經常彎腰的動作較容易導致身體勞損。

可是，調查發現即使工作時出現勞損不適，受訪者仍不會看醫生或與僱主反映要求休息，只有約12%受訪者曾看醫生及被確診患上一些職業性的勞損問題。原因是陪月員行業講求口碑及屬於短期合約的工作性質，他們未必會看醫生或向僱主反映，怕會影響生計。

3. 陪月工作的責任重大，增加從業員的精神壓力

透過調查得悉近八成受訪者曾有工作壓力過大的經驗，最常見的工作壓力是來自照顧嬰兒感到責任很大、僱主的要求過高及產婦的情緒不穩。受訪者認為令他們最感吃力的並不是日常要處理的工作內容，而是他們經常會感受到無形的工作壓力，不論是僱主或其家人亦會把焦點放在嬰兒身上，對陪月員的要求亦相當高，甚至在家中安裝攝錄機以監視他們的工作情況，這對受訪者自身構成很大的精神壓力。

面對著巨大的工作壓大，從業員大多會選擇逆來順受，如前所述，他們怕直接向僱主反映會影響僱主對其信任，從而影響生計。因此，他們只會選擇自行調節因工作壓力過大所產生的負面情緒，如參與教會或工會的活動，透過與其他朋友傾談以舒緩緊張的心情。

4. 當局對行業的職業健康培訓支援及監管不足

培訓局及社會上各類型的培訓機構每年均會開辦陪月課程，訓練出不少的陪月員投入家居服務市場。雖然所提供的陪月課程不乏涉及職業健康安全內容，但有部份受訪者表示所提供的職安健內容理論性稍強，相對較缺乏實際操作性以及於新工作環境工作的應變能力的訓練。以致工作崗位不穩定的陪月員面對新的工作環境時，解決新問題的應對能力不足。

同時，隨著僱主對陪月員的要求日益增加，從業員所承受的精神壓力亦有所增長。當陪月員所具備的能力與僱主所提出的要求出現落差，且未能及時得到有效支援的時候，容易導致或加劇從業員的身體勞損及精神壓力的相關問題。

七、建議及總結

針對上文所述的討論問題和綜合研究所收集的數據及資料，以下為是次研究結果的建議：

1. 設立中央補償基金，加強工傷及職業病的保障

如上文提到，陪月員行業沒有一個固定的就業模式和屬於短期合約的工作性質，一年之內為多個僱主工作，即使患上職業病亦不能符合補償條例中列明的為同一個僱主的工作期限，向多個僱主追討亦難有成效。從業員出現勞損的情況相當普遍，但當中只有12%受訪者被確診為患上職業病。可見，陪月員的勞損情況並不能透過以上的確診數字所得到反映。

因此，建議實行「中央補償基金」的制度，就是由政府以集體形式向僱主徵款，按例被確診為工傷和職業病的陪月員便能向「基金」申請補償，不用向多個僱主和私營保險公司追討，也同時縮短和簡化索償困難。這既確保僱員在確診職業病後可以獲得補償，同時亦惠及僱主，減輕由單一僱主承擔僱員補償的責任及索償程序。

2. 教育僱主與僱員簽署書面合約，確保僱主依法購買勞工保險

由於陪月員屬於短期工作，僱主通常聘用一個月至三個月不等的時間，部分陪月員工作因不夠*「4.1.18」[23]規定而無法獲得僱傭條例的保障，只能透過簽署僱傭合約方能保障她們的權益，如薪金支付、終止合約通知期等。但受訪者中，有34%陪月員沒有與僱主簽訂僱傭合約及25%表示僱主沒有為其購買勞工保險，或不清楚僱主有否購買，這使陪月員的工作時數、天數變得不穩定，也欠缺勞工法例的保障。

如政府讓這種情況持續發生，無疑是置陪月員的勞工保障於不顧，未做好監察的角色。政府應修改《僱員補償條例》，規定僱主影印勞保單予僱員，由於家居僱主不會如其他行業一般，把保單向僱員展示。政府須教育僱主不論其合約期或工作時候長短、全職或兼職、長工還是臨時工，也要依法為僱員投購勞工保險。同時，合約的條文應規定僱員的工作詳述，如工作內容、工作日期、時間，避免僱主隨意改動工作時數，以保障陪月員的工作穩定性。

3. 完善就業網絡配套，免受中介公司剝削

就業配套方面，培訓局推出「陪月一站」的新服務，目的是為這群中年婦女提供就業轉介，改善失業率，減少因失業而導致的貧窮人口。可是，是次調查的個案認為，政府在推行陪月員的就業轉介服務上，缺乏宣傳，令不少新入行的從業員依賴中介公司獲得工作機會，而中介公司大多只顧牟取利潤，佣金的收費昂貴，令從業員受到剝削。

* 《僱傭條例》（第57章）下「連續性合約」的規定，俗稱「4.1.18」，即連續受僱於同一僱主4星期或以上，而每個星期最少工作18小時。

若培訓局多加宣傳，如透過在醫院派發傳單和小冊子，向準僱主提供轉介，吸納私人市場的工作轉介需求，將有助這一群中年基層婦女就業，同時亦應加強對僱主的教育，增加他們對自身責任和陪月員職安健保障的認知，以保障陪月員的職業健康和就業穩定性。如能完善就業網絡配套，把有效的聘用及就業資訊傳送給僱主和僱員雙方，便可減低陪月員在私人商業工作轉介機構找工作的過程中受到剝削的機會。

4. 檢討培訓課程，加強預防職業傷病的意識

以上提到培訓局及社會上各類型的培訓機構每年均會開辦陪月課程，訓練出不少的陪月員投入家居服務市場。調查反映約96%的受訪者表示陪月課程有涉及職業健康安全的內容，可是，個案指出陪月課程不貼近現實，尤其是關於職業健康安全這方面的課題未能符合工作環境的需要，會容易導致或加劇身體勞損的問題。

有見及此，建議相關的培訓機構應定期檢討陪月員的培訓課程，訂立清晰而切合實際需要的課程指引，以免內容出現與現實環境脱節的情況。首先，有需要檢討有關職安健的課題，包括多引用現實工作的例子，加強説明在工作環境潛在的風險及預防筋肌勞損的部分，以配合實際情況的需要，有助提高陪月員的預防意識。此外，近八成的受訪者表示曾有感工作壓力過大，建議培訓增設陪月員的精神壓力處理的課題，讓學員可更了解壓力的成因以助緩減工作壓力，保持良好的心理健康。

參考資料

1. 余德新，1991。《職業健康》：《職業病及職業意外》。香港：中文大學出版社。

2. World Health Organization. Occupation Health.
Available from : http://www.who.int/topics/occupational_health/en/

3. 勞工處。《職業安全及健康統計數字2012》。
網址：http://www.labour.gov.hk/tc/osh/pdf/OSH_Statistics_2012.pdf

4. 立法會CB(2)491/13-14(11)號文件。《2013年上半年職業病和職業健康表現在香港的回顧》。
網址：http://www.legco.gov.hk/yr13-14/chinese/panels/mp/papers/mp1217cb2-491-11-c.pdf

5. 東方日報。龍年效應 陪月員成搶手貨。
網址：http://orientaldaily.on.cc/cnt/lifestyle/20120620/00322_005.html

6. 文匯報。「龍年效應」刺激生育 港陪月員需求飆升。
網址：http://paper.wenweipo.com/2012/05/28/YO1205280012.htm

7. 百度百科。月嫂。
網址：http://baike.baidu.com/subview/186998/5086677.htm?fr=aladdin

8. 僱員再培訓局。新聞稿。
網址：http://www.erb.org/Corp/home/press20130517-01/zh_TW

9. 僱員再培訓局。陪月員證書課程。
網址：http://course.erb.org/newcoz/ft_17_02.pdf

10. Health and Safety Executive. Manual handling and musculoskeletal disorders (MSD).
Available from : http://www.hse.gov.uk/construction/healthtopics/msd.htm

11. Health and Safety Executive. Musculoskeletal Disorders (MSDs).
Available from : http://www.hse.gov.uk/msd/msds.htm

12. Health and Safety Executive. MSD return to work.
Available from : http://www.hse.gov.uk/sicknessabsence/msd.htm

13. Occupational Safety and Health Administration. Prevention of Musculoskeletal Disorders in the Workplace.
Available from : https://www.osha.gov/SLTC/ergonomics/index.html

14. 香港職工會聯盟。家務助理越做越貧病 政府坐視不理職業病。
網址：http://www.hkctu.org.hk/cms/article.jsp?article_id=467&cat_id=13

15. 東方日報。八成家務助理患職業病。
網址：http://orientaldaily.on.cc/cnt/news/20090512/00176_033.html

16. Horng YS, Hsieh SF, Wu HC, Feng CT, Lin MC (2008) Work-related Musculoskeletal Disorders of the Workers in a Child Care Institution. Tw J Phys Med Rehabil 36(1): 15-21

17. Mckay RD (2008) Observing Mothers Lifting Their Children in Their Own Home to Identify Factors Which Might Give Rise to Musculoskeletal Disorders. Auckland University of Technology in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Health Science, Auckland

18. Vincent R, Hocking C (2013) Factors that might give rise to musculoskeletal disorders when mothers lift children in the home. Physiother Res Int 18(2): 81-90

19. DiBenedetto DV (1995) Occupational Hazards of the Health Care Industry: PROTECTING HEALTH CARE WORKERS. AAOHN Journal 43(3): 131-137

20. Behling D, Guy J (1993) Industry profile: Healthcare: Hazards of the health care professional. Occupational Health and Safely 2: 54-57

21. Johnson, Kate (2002) Psychosocial factors play role in back injuries: these factors partly determine how long patients off work. Medical Post 38(23): 42

22. Northern Echo (2007). Carers learn how to manage their stress, Darlington UK

23. 立法會CB(2)827/12-13(01)號文件。勞聯就「《僱傭條例》下連續性合約的規定」意見書
網址：http://www.legco.gov.hk/yr12-13/chinese/panels/mp/papers/mp0319cb2-827-1-c.pdf

出版資料

專業指導：(排名不分先後)

余德新教授、楊世模教授、周永信醫生、盧俊恩醫生、葉富強醫生、陳根錦博士、錢棣華先生、杜武俊先生、謝立亞教授、何森宏先生、黎建斌先生、蘇子樺先生

研究委員：

盧許如玲、孫同祥、尹晞雯、黃筱媛、陳美詩

報告撰寫：

黃筱媛、陳美詩

總編輯：

盧許如玲

鳴謝：

所有被訪者

出版日期：2014年5月

國際書號(ISBN)：978-988-16675-6-4

版權所有：(2014) 香港工人健康中心

香 港 工 人 健 康 中 心
Hong Kong Workers' Health Centre

地址：香港九龍尖沙咀漆咸道南87-105號百利商業中心1429-1437室

電話：(852) 2725 3996

傳真：(852) 2728 6968

網址：www.hkwhc.org.hk

電郵：info@hkwhc.org.hk

香港家務助理總工會

香 港 家 務 助 理 總 工 會

地址：九龍彌敦道557-559號永旺行19樓

電話：2770 8668

傳真：2770 7388

陪月員
職業健康
研究報告
2014