



台灣職業健康護理學會

會訊

第三十四期

2024.06.30

發行單位：台灣職業健康護理學會

地址：40041台中市中區民權路100號11樓之1

電話：(04)2225-7126

傳真：(04)2225-6097

官網：<http://www.taohn.org.tw>

信箱：ta.ohn220@gmail.com

目錄

<u>重要訊息</u>	1
<u>法規情報</u>	2
<u>實務分享 I</u>	3
113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得 陽明海運股份有限公司 龔如媛 護理師	
<u>實務分享 II</u>	5
113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得 中磊電子股份有限公司 鄭美琪 護理師	
<u>實務分享 III</u>	7
113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得 漢翔航空工業股份有限公司 王玲宜 護理師	
<u>實務分享 IV</u>	8
113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得 大成長城企業有限公司 林家葵 護理師	
<u>新人新知</u>	10
<u>活動花絮</u>	11



台灣職業健康護理學會

重要訊息

一、會員權益

1. [感謝您這一年來對學會的支持與愛護！113年度\(1~12月\)常年會費開放繳交。](#)
2. [「113年度台灣職業健康護理學會會員聯誼活動」補助申請開跑囉~](#)
3. [113年度「專案或研究計畫經費申請」、「會員學術發表獎勵」開始申請，收件截止日至113年8月31日止。](#)
4. [學會第二版《勞工健康服務實務操作手冊》熱騰騰出版，歡迎洽詢購買。](#)
5. [有意願從事勞工健康服務工作之活動會員，可洽學會登記諮詢。](#)

二、學術相關活動

● 在職教育訓練課程(已取得初訓資格證書者)

1. 113年度「從事勞工健康服務護理與相關人員在職教育訓練課程」(需取得職護初訓資格)，預計北中南三區辦理共計3場，歡迎相關人員報名參與。
2. 113年度「從事辦理勞工體格與健康檢查業務之護理人員在職教育訓練課程」(需取得健檢護初訓資格)，預計北中南三區辦理共計11場，歡迎相關人員報名參與。
3. [以上訓練課程，報名方式統一採網路報名\(官網首頁/活動訊息/課程報名/在職訓練課程\)。](#)

● 專業訓練課程(欲取得初訓資格證書者)

1. 113年度「從事勞工健康服務之護理(職護)與相關人員(心理師、職能治療師、物理治療師)專業訓練課程(OHN52)」，預計高雄、台中、台北各辦理一場次，歡迎相關人員報名參與。
2. 113年度「從事辦理勞工體格與健康檢查業務之護理人員專業訓練課程(EN24)」，預計北中南三區辦理共計9場次，歡迎相關人員報名參與。
3. [以上訓練課程，報名方式統一採網路報名\(官網首頁/活動訊息/課程報名/專業訓練課程\)。](#)

● 職業健康護理人員急救技術課程

1. 職業健康護理人員急救技術(EMS-OHN)課程，歡迎未取得證書之相關人員報名參與。
2. 職業健康護理人員急救技術再認證(EMS-OHN Renew)課程，歡迎已取得110年度EMS-OHN證書之相關人員報名參與。
3. [以上訓練課程，報名方式統一採網路報名\(官網首頁/活動訊息/課程報名/工作坊\)。](#)

● 訊息分享

1. [勞動部自113年4月2日至114年12月31日期間，委託財團法人職業災害預防及重建中心辦理特約勞工健康服務之醫院、診所，與勞工健康顧問服務機構服務品質之查核。](#)
2. [勞動部公告「114年度職業災害預防及職業災害勞工重建重點及優先補助事項」。](#)
3. [勞動部公告「公告受理114年度職業災害預防及職業災害勞工重建補助案申請」。](#)
4. [公告受理113年度職業災害勞工職能復健專業機構申請。](#)
5. [職安署訂於113年7月1日至8月26日，分區辦理「113年度人因性危害預防在職教育訓練課程」共6場次，歡迎有意者報名參加！](#)



法規情報

1. 勞動部令：修正「女性勞工母性健康保護實施辦法」部分條文。
2. 勞動部公告：預告「哺乳室與托兒設施措施設置標準及經費補助辦法」第4條修正草案。
3. 勞動部修正發布「鉛中毒預防規則」。



徵稿：期待您的投稿，不論是學術議題的分享、業務資訊告知，都歡迎提供，讓會訊因為有您的內容更加精彩、豐富。

投稿請洽詢：(04)22257126 或 ta.ohn220@gmail.com



匯款資訊：

- ATM 戶名：社團法人台灣職業健康護理學會 帳號：(700) 0021009-2128932
- 郵政劃撥 戶名：社團法人台灣職業健康護理學會 帳號：50028639



第六屆第3次
會員代表大會



經驗分享 I

113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得

陽明海運股份有限公司 龔如媛 護理師

非常謝謝台灣職業健康護理學會讓我榮獲113年度「績優職場健康護理人員」的殊榮，並有這個機會透過本期會訊將獲獎心得與大家分享。

我自美和科技大學健康照護研究所畢業後，曾於診所、外商藥廠及醫院服務，爾後因緣際會考進陽明海運(股)公司擔任職護一職。正所謂「凡走過必留下痕跡」，人生所經歷過的一切，也都會成為未來成長茁壯的養分，過往的工作經驗，讓我在進入企業職場推動健康促進工作，協助進行職業傷害預防、健康諮詢、緊急處理、或高風險個案同仁關懷與協助，很快地進入狀況，也能帶給同仁專業的服務與建議。

我注意到自己從專業的醫院機構環境進到企業職場後，因為工作環境的改變，漸漸地與醫護專業及臨床實務漸行漸遠，取而代之的是更多的公司行政業務或是法規要求的項目。體認醫療科技與護理專業是日新月異，面對員工各式健康議題或是諮詢時，不斷精進是必要的職責，為加強個人護理專業能力及提高職業安全相關知能，任職期間除了依照法規規定，從事勞工健康服務醫護人員，接受每三年至少12小時之在職教育訓練、護理師(護士)每六年應完成繼續教育課程積分120點，自己也陸續進修完成高級心臟救命術(ACLS)、初級救護技術員(EMT-1)及「勞工安全衛生管理員」訓練課程等，並考取第一屆「職場健康照護管理師」，勉勵自己自我成長，並更貼近專業實務。

近十年勞動部持續鼓勵企業對員工展現心理關懷，及推動「員工協助方案(EAPs)」機制(協助解決員工所面臨之家庭/情緒/法律/人際互動等問題)。每年公司內部舉辦「員工協助方案(EAPs)」宣導會之際，我也會安排一項DIY紓壓活動鼓勵同仁一起來體驗，例如「禪繞畫」、「著色彩繪紓壓法」、「綠色植栽-菇菇療癒您」、「上班族精油芳香療法」、「羊毛氈初體驗」、「樂高紓壓活動」等，我常常上課時跟大家分享一個觀念「紓壓的方式很多種，沒有所謂最好的，只有最適合的」，因此我舉辦各式各樣DIY紓壓活動，希望同仁可以從中找到最適合自己改善情緒、紓緩壓力的方法，由於活動內容新穎有趣，參與者滿意度極高，也讓我在授



課的過程中得到成就感。提到授課這個部份，我有小小的心得想要分享，我知道很多權責單位會聘請外部講師授課，但是如果公司不排斥內部講師授課，我鼓勵大家可以嘗試自我挑戰，雖然這意味著您可能需要面臨準備教材、訓練口才，某個層面也是額外工作負擔，並不是每個人都願意嘗試。然而，這樣做有很多好處，包括您可能因為準備教材的過程，提升自我及增加個人專業知能；擔任課程講師亦能增加職場能見度，讓更多長官員工認識並感受您的專業，有助於未來爭取活動經費更順利，或是提高升遷機會；另外拉近與同仁之間的距離，爾後在許多健康促進活動推廣或日常業務聯繫更為容易，其實好處多多。

在職十四餘年，積極推動本公司職場健康業務，秉持精益求精，使本公司健康管理水準持續提升，相關成果也獲得外界諸多肯定，包括勞動部「友善職場」、衛生署國健局「績優健康職場-健康領航獎」、勞動部「安全衛生優良單位-五星獎」、「工作生活平衡獎」，並連續六年獲評選為基隆市衛生局優質哺集乳室競賽「企業職場組-第一名」。個人也分別在2018年獲頒「基隆市優良護理人員」，2023年榮獲勞動部「全國模範勞工」及「推動職場健康服務績優人員」等殊榮，亦擔任基隆市衛生局活動講師，分享職場健康促進活動相關經驗與成果給其他事業單位夥伴，非常珍惜及感謝大家給我的榮耀與肯定。

職安單位在許多公司組織編制中如同一枚小小螺絲，身處其中的職護姊妹常常感嘆不被重視，這些經驗與感受我亦親身經歷。「機會是留給勇於嘗試，大膽行動的人。」凡事去做了才有機會，當機會多了，漸漸地身邊的主管或是夥伴會給您越來越多的支持，包括賦權，進而找到屬於自己的舞台。也希望上述個人淺見與經驗，可以讓更多職護姊妹找到屬於自己的方向，發光發熱！✿



經驗分享 II

113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得

中磊電子股份有限公司 鄭美琪 護理師

從小自願當一名護理師，因為可以照顧身邊及需要的人，也是這樣的一個心念，讓我遇到挫折想要放棄護理這條路時，都會想起莫忘初衷，重新調整自己不好的念頭後，再重新接受挑戰。

之前有校護的經驗(約6年)結婚因素，嫁的地方距離工作比較遠，只好離開校護轉戰職業健康護理師。我能到中磊電子(竹南廠區)服務也是之前廠長(林耀輝)，大膽的僱用我，沒有任何經驗的我擔任職業健康護理師，讓我能在中磊電子服務至今(約9年)。

我也是公司第一個完全沒有任何經驗的職業健康護理師，剛開始一竅不通，先從相關法規、外訓課程或找附近公司職業健康護理師詢問看看，當時撥打群聯電子找職業健康護理師(林幼真護理師)，沒想到學姊很大方並邀請我去她的公司參觀工作環境及經驗分享，也很感謝學姊讓我受益良多，公司也有對應健康相關的內外稽核(如政府單位、客戶稽核、ISO 14001、ISO 45001等)，讓我比較有方向去經營公司健康管理。

我後面歸納健康職場管理分別為三大區塊：「健康管理」、「職安計畫」、「健康照護」。「健康管理」細分為新人新進體檢、在職健檢檢查、特殊健檢；「職安計畫」細分為過負荷、人因性危害計畫、母性保護計畫等，依據風險等級進行分析管理，並提供健康促進訊息及活動；「健康照護」細分為健康服務計畫、醫護室處理與傷病統計分析、職醫臨場服務及健康宣導，透過公司每季安全衛生委員會進行報告職場健康執行進度及檢討討論，創造友善健康職場。

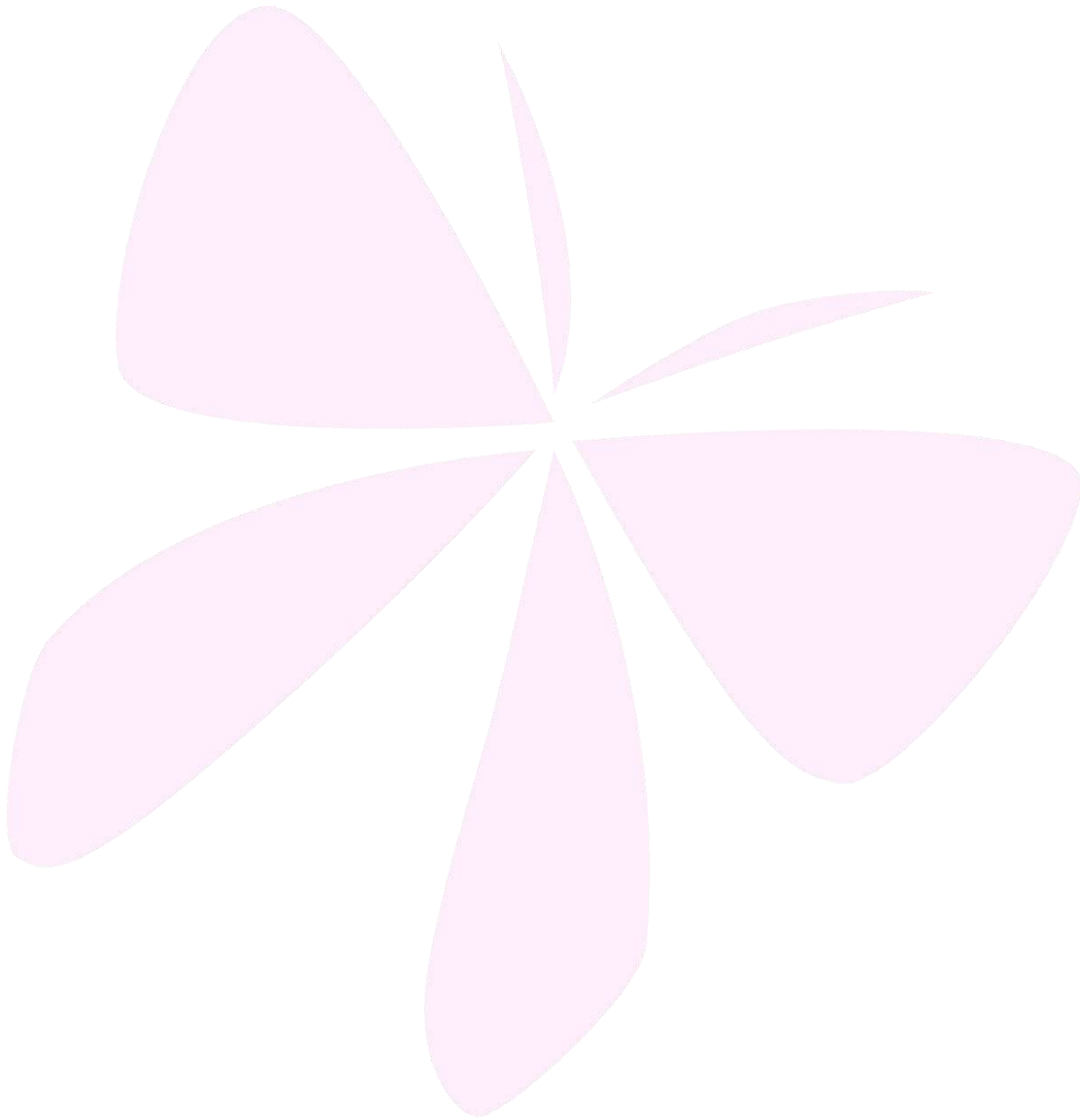
另外，在疫情之下，我做了什麼？

當時2019年末於大陸武漢首次(嚴重特殊傳染性肺炎)疫情，隨後在2020年初全球多國淪陷，人類歷史上大規模流行病之一。在沒有疫苗及特效藥物，我們也依據CDC防疫政策執行(外部人員控管、人員分流管控、戴口罩、設置自動酒精消毒、衛生宣導政策等)。

當護理人力短缺且國家也需要我們醫護人員協助時，我會利用休假時間至快篩站幫忙及了解快篩流程及管控，如有需要也提供公司參考，還記得2020年6月至快篩站見習及幫忙，在炎熱的夏天戶外，自我防護要做好，戴上兩層(N95口罩、外科口罩)、面罩、兩層手套，結束後全身汗流浹背，回家不敢接觸家人，直接洗澡及更換衣服後才接觸家人；疫苗供不應求之下，護理人員不足情況下，也是利用休假時間幫忙施打疫苗，並了解政府提供疫苗注意事項及施打流程，告知公司同仁，因公司只有我一位護理人員，我也需要接受到專業知識，來幫助公司及社會來渡過危機，希望大家能健康平安。



再次感謝！中磊電子廠長、安全衛生單位主管、所有同仁協助及一路上幫助我的人，有您們的支持及肯定，讓我能獲得113年績優職業健康護理人員獎，這份殊榮。沒有你們就沒有這份的榮耀，滿心感激及感謝，讓我們一起分享這份喜悅。✿



TAOHN



經驗分享 III

113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得

漢翔航空工業股份有限公司 王玲宜 護理師

能夠獲得學會「績優職業健康護理人員」的肯定是莫大的榮耀，也備感幸運。從事護理工作不是為了獲獎，但獲獎絕對是對工作者莫大的鼓勵。27年來在同一事業單位服務，堅守在勞工健康業務，看著大環境下「勞工健康服務專業」從雛型、萌芽、發展直到在職場上被認定有重要地位，這是各界先進努力的結果，能讓大家、讓事業雇主、讓勞工夥伴看見我們，重視這份專業。

勞工健康服務是近年來新興業務，在法規面與實務面上的急速變化都必須重新而且快速的學習與推動，過往在學校期間的訓練讓我初接觸這份工作時，常感到非常困惑不知如何下手，面對工作從倉皇失措到現在雖算不上信手捻來但也能快速因應，這樣的結果除了是政府主管機關用心、公司長官支持與同仁配合，再加上像台灣職業健康護理學會、勞工健康服務中心^(註一)等其他專業單位的協助而來的，這些讓職場上臨場服務護理人員成長茁壯的過程與資源，我深深感謝。

所謂一分耕耘，一分收穫，從職場健康服務點點滴滴的過程中，來虛心積累經驗，使工作技能不斷的提高，成為往後提供更好的服務奠定了堅實基礎。與臨床護理師很大的不同點是臨場服務的護理人員在職場，可以有不同專業的工作夥伴(如安全衛生管理人員、人資人員、資訊人員等等)，必須有很好的溝通與協調技巧。再者，不像住院患者，同仁除非離職、退休，否則天天碰面天天接觸，透過提供專業服務，同仁不再只是同仁，這份工作讓我結交了許多可以分享、可以諮詢的朋友。

對外則利用參與研討會的機會來增進自身學識知能，再者也可認識業界其他工作夥伴，獲得其他支援。像這次參加選拔，完全是業界學姊前輩的鼓勵，她建議我在選拔過程中，面對評核表，藉此重新審視在勞工服務工作上有那些事是自己努力過而有成效的，哪些是自己忽略過或還可以再努力的，這也是我這次參加活動的另一個大收穫。

健康是每個人都應該重視的事情，勞工健康服務是在喚醒同仁對自身健康的認知進而協助改變不健康的行為，使其變得更健康。感謝父母讓我學習護理，讓我可以幫助別人，更以自己的專業為榮。

最後再次感謝公司的支持與學會的肯定，我會更加的努力，以學會宗旨「專業發展、共同成長、關懷互助、福利社會」為目標，持續成長。謝謝。✿

註一：勞工健康服務中心已完成階段性任務，於113年起由財團法人職業災害預防及重建中心接棒提供勞工健康服務工作。



經驗分享IV

113年度「績優職業健康護理人員」獲獎心得

大成長城企業股份有限公司 林家葵 護理師

非常榮幸由學會肯定獲得113年度績優職業健康護理人員獎！

從醫療業轉任服務業現任製造業，每個階段歷經了大不同的磨練，也持續秉持學中做、做中學的態度，不斷尋求發展與面對挑戰以強化職能，更精進專業度及素養，將所用所學發揮在職場上，進而提升服務品質及效能。

在目前任職的公司擔任勞工健康服務護理人員，是我的護理生涯最充實的階段，細數八年來在實務上執行多樣化的面向，公司總是給予充分信任及授權，在面對各種的難題，養成解決問題的能力。

在執行健康管理業務重點包括：

- 一、以疾病預防為出發點：建立同仁自主健康管理行為、積極改善生活型態為重點，藉由辦理集團年度健檢業務，熟悉各醫院健康檢查事項，到實際參與健檢當天執行狀況，做為每年優化健檢流程方向，健檢完成後，分析健檢報告結果，找出亞健康、慢性病初期等同仁，依序進行個人健康管理，並協助下載『健保快易通APP』，以利同仁不受限的監測自身體況。
- 二、新興傳病防疫措施：新冠肺炎疫情延燒，隨時掌握中央指揮公布最新防疫消息，滾動式調整公司內部各項防疫作為，並擬定新冠肺炎防疫應變計畫(指引)、包括個人、公共區域、各不同作業屬性之工廠、養殖場，提供適用參考附件，讓同仁有所依循。在工作流程改善面，則整體規劃各單位分流措施，協助居家辦公線上作業事宜，以符合安全衛生環境需求。在個人日常防護面，統一採購防疫物資，並發放至各單位及離場，在疫情嚴峻期間，在同仁進入辦公室上班前，於行政大樓入口處，協助同仁測量體溫及手部消毒工作，降低群聚傳染的風險。
- 三、參與企業永續理念，依GRI準則撰寫相關內容：將健康服務與健康促進執行事項呈現在永續報告書中，如：依廠區規模配置勞工健康服務醫護人員提供員工健康服務，給予同仁專業的衛教及健康指導，使同仁在最適合的環境及最佳身心健康狀態下工作、積極辦理職場健康促進活動，增加職場健康意識，進而促進工作效能，營造健康友善的職場環境。
- 四、參與ISO45001建置：取得ISO45001稽核員資格，持續完成職護相關計畫，並依照廠區不同屬性，制定適用於各工廠、養殖場的計畫內容。



五、工作適性評估：依循漸進式復工精神，以同仁回復職場工作為目標，實際執行時，從接獲通報得知有傷病同仁，先初步了解個案狀況，若是個案復原時間較長，則由勞工健康服務護理人員陪同就醫，理解醫師專業評估與建議，同時於個案傷病期間，成為勞資雙方維持良性互動與建立友善溝通的橋梁。在復工前以醫療面提出適性配工建議，協助同仁符合安全作業及早日復工之原則，於同仁復工後，安排與職安同仁會同職業專科醫師訪視現場，進行工作適性評估，以確保同仁作業中安全無虞。

最後，個人將持續成長提昇，讓公司整體健康管理制具備與時俱進並傳承公司永續經營的理念，從對大環境的保護到每個家庭的照顧到每位同仁關懷，可一步一腳印深植人心，達到友善職場環境、幸福企業的目標。✿



健康促進活動－年度健檢



健康促進課程－養肌防老、健康瘦好



健康促進活動－基本救命術



健康促進活動－疫苗接種



健康促進活動－運動會



健康促進活動－淨灘日



新人新知

113年4-6月新入會會員介紹：

會員編號	姓名	現職機構
A2371	吳O華	新光醫院
A2372	呂O婷	國立臺灣戲曲學院
A2373	溫O華	溪洲醫院
A2374	江O嫻	日月光半導體製造股份有限公司
A2375	陳O美	世界先進積體電路股份有限公司
A2376	謝O恩	國立成功大學醫學院附設醫院
A2377	王O玲	台北榮民醫院
A2378	李O惠	友達光電股份有限公司
A2379	邵O澄	國立臺灣海洋大學
A2380	王O芬	台北中山醫院
A2381	戴O綸	康澄診所

誠摯歡迎您的加入~~

這裡就像一個大家庭，凝聚大家的力量與經驗傳承，讓您在工作上能發揮所長，共創美好的職護專業!



2024職業醫學暨職業衛生

國際學術研討會

