



台灣職業健康護理學會

會訊

第十四期
2019.6.28

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>	1
<u>第五屆理事長的話</u>	2
王紫庭 理事長	
<u>第五屆常務理事的話 I</u>	3
錢美芝 常務理事	
<u>第五屆常務理事的話 II</u>	4
曾翠屏 常務理事	
<u>經驗分享I</u>	5
職業衛生護理經驗分享	
聯華電子股份有限公司 吳家榛 職護	
<u>經驗分享II</u>	6
歡喜做職護	
台灣中油股份有限公司煉製研究所 陳美吟 職護	
<u>活動花絮</u>	8



重要訊息

一、會員權益

1. 感謝您對學會的支持與愛護！108年度（1~12月）常年會費持續繳交中；107年度會員禮—職業健康服務乙書持續發送中(僅限107年度有繳交會費之會員)。
2. 108年各項活動申請已開始，例如專案或研究計畫經費申請、學術發表補助、聯誼活動補助等。
3. 第五屆理監事當選名單及任務分配。

二、學術相關活動

1. 108年度第二梯次第1期辦理勞工體格與健康檢查認可醫療機構護理人員(健檢護)在職教育訓練課程(需取得健檢護初訓資格)將於台北辦理，歡迎相關人員報名參與。
2. 108年度第二梯次第1期辦理從事勞工健康服務護理人員(職護)在職教育訓練課程(需取得職護初訓資格)將於台北辦理，歡迎相關人員報名參與。
3. 108年度第5期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)將於台中辦理，歡迎相關人員報名參與。
4. 108年度第4期從事辦理勞工體格與健康檢查業務之護理人員(健檢護)專業訓練(EN23)將於台北辦理，歡迎相關人員報名參與。
5. 中華民國護理師護士公會全聯會將舉辦「108年度護理研究成果競賽」活動，歡迎護理同仁踴躍參加。
6. 勞動部舉辦一系列108年度員工協助方案教育訓練—主題教育訓練，歡迎各事業單位之雇主、人資、職護、環安等相關業務主管及同仁報名參加。
7. International Forum on Quality and Safety in Healthcare- Taipei 18-20 September 2019.
8. 33rd International Congress on Occupational Health – ICOH 2021.
9. 「第六屆海峽兩岸暨港澳地區護理高峰論壇暨學術研討會」徵稿通知，7/15投稿截止。

法規情報

1. 職安署修訂四種物理性危害引起之職業疾病認定參考指引。
2. 勞動部修正「職業災害勞工補助及核發辦法」，自5月起調高四類生活津貼及補助金額。
3. 勞動部公告修正「職業災害勞工保護法施行細則」部分條文。
4. 勞動部勞工保險局公告辦理「108年度勞工保險預防職業病健康檢查」事宜。
5. 勞動部提醒勞工媽媽們有關生育給付及育嬰留職停薪津貼的權益。
6. 勞動部函檢送「職業安全衛生設施規則」第116條、第128條之8、第326條之2至第326條之9條文勘誤表，詳如連結。



理事長的話

理事長當選感言

王紫庭 理事長

各位職護先進及會員們大家好！感謝各位會員與理監事們，在108年5月11日把理事長這個重責大任交給了我，紫庭抱著誠惶誠恐及感恩的心情，再次謝謝大家的支持與愛護。未來三年在這個位置上，與所有的理監事、會員們一起合作，竭盡我們的心力，協助與推動職業衛生護理人員在台灣的發展而努力。

30年前，也就是1990年，我從臨床護理師走進陌生職場當廠護，在沒人指導與任何資源協助的時代，獨自奮鬥學習如何做好廠護工作，當時的職場沒人知道廠護在做什麼？有什麼功能？因此常被交辦執行很多非護理工作，低薪事多不受重視，內心除無助委屈外，也找不到自己在企業定位與價值，工作二個月後，開始萌生離職念頭。

就在當時，我遇到一位現場主管，他很靦腆走進醫務室請我幫忙處理傷口，原來是腳踝燙傷已經有兩星期且有紅腫潰爛之情形，因沒時間就醫及錯誤用藥，讓傷口惡化，經我健康衛教及一星期照護後，傷口逐漸復原，他對我說：「公司有你真好！我們勞工非常需要你的幫忙！」，這件小事，卻是讓我持續堅守這行業30年之動力，因為幫助別人找回健康是一件快樂且有意義的事情。很慶幸當時沒有離開職場，且找到讓自己持續勇往直前之信念與目標。

時代的變遷，職場健康逐漸受到政府與勞資的重視，體制與法規建置逐漸完整，相對的，職護姊妹工作與責任日趨加重，因有訪視職場之機會，我聽到姊妹求助與需求聲音，職護工作確實不好做也很辛苦，若你已決定選擇走這條路，就要好好思考如何做好這個角色與發揮功能。你的價值取決你的態度！

有很多人問我：為何要這麼早辦退休，但又退而不休，更投入這行業之發展？

我的理由只是想要「傳承」與「讓更多人知道職護角色與功能」。對自我要求是希望能以「慈悲、智慧、勇氣」之修為，面對所有順境與逆境。我深知改變別人想法與職場環境，是不容易且需花些時間的事情，因此希望各位職護姊妹們要相信自己的能力，及不要放棄這份助人的工作，並持續學習與精進各領域知識。路是走出來的，今後的路我們相互扶持與幫忙，期許各位理監事與會員們能以包容鼓勵之胸懷指導紫庭及協助學會發展，台灣職業健康護理學會是職護姊妹們的家與精神支柱。希望我們一起成長與共同努力。最後，敬祝各位姊妹們身心健康平安、工作順遂！



常務理事的話

常務理事當選感言

錢美芝 常務理事

台灣事業單位護理人員學會走過十餘個年頭後，正式更名為台灣職業健康護理學會，歷經風霜雪雨，幾經波折，終於慢慢站穩步伐，帶著對台灣職業護理的願景，攜手出發，團結向前。

學會從江素珍理事長草創成立以來，再由陳美滿理事長接棒開疆闢土，建立許多規章制度，現在由第五屆新出爐的理事長王紫庭帶領著理監事繼續打拼，希望能承先啟後，為職護姊妹們打開能見度和開拓更寬廣的路。

美芝有幸這一屆能繼續參與學會工作並擔任常務理事，在學會擔任理監事已經有十年，也負責竹竹苗的會員交流和聯誼，定期跟職護姊妹們歡聚和分享工作上的經驗心得，希望大家學習好的經驗，避免重蹈覆轍，看著當初大家種下學會的樹苗慢慢茁壯，心中滿是欣喜；但是也五味雜陳，因為我們也差點被流言的強風吹倒，所幸，理事長與理監事的努力，及職護姊妹們的團結，終於慢慢走過誤解的陰霾，漸漸迎向曙光。

今年初很榮幸我有機會擔任學會績優護理人員評審，到幾家公司訪視職護的工作績效，這是很特別的經驗，看到有幾位職護雖然單打獨鬥，但是做得有聲有色，四大計畫、健康管理、健康促進...內容都非常豐富且到位，擁有團隊的職護，更是能充分發揮團隊的力量，讓公司看到職護的努力，公司主管幾乎對職護的表現都是讚譽有加，我分析她們有幾項特點：

- 一、當責；把事情做完之外，還要做得更好；
- 二、運用外部資源，事半功倍；
- 三、把員工當家人照顧；

我發現護理人員具備許多美好的特質，例如：堅毅、勤奮、不怕吃苦...，在職場上，只要熟悉法規，充分了解工作場所的危害，做好健康管理，通常能很快的得心應手。期盼新進職場的護理姐妹，能學習績優職護們的特質，做好職場的健康管理，為勞工健康保護加分。

未來，學會的角色希望能協助職護，充分發揮在職場保護勞工健康的功能；在教育上，希望學校能協助培育職護生力軍，讓台灣數百萬勞工得到更好的照顧。



常務理事的話

常務理事當選感言

曾翠屏 常務理事

各位夥伴大家好！

進入「職護」這工作-正式職稱為「勞工健康服務護理人員」，已邁入22個年頭。回想起當初因緣際會從「醫院」的工作踏入「工廠」這場所，從熟悉的醫療領域轉換至相對陌生的工廠環境；工作型態也從照顧人的醫療護理工作變成照顧整個跟人有關的健康護理工作；說實在這過程中曾經忐忑不安、曾經含著著淚水、曾經忙碌無常，但至今我還是非常喜好與熱愛這份工作與角色！！

入會十餘年來，跟著學會的大家經歷，這些年來法規的修正、新興職場健康議題的導入，深刻感受近年來，員工健康管理制度的持續變革與進步，也感受到主管機關積極因應國內勞動環境變遷並與國際接軌的策略推展。讓「勞工健康服務」相關範疇在強化勞工健康風險評估與健康管理相關性與銜接性，更加緊密。而2016年聯合國通過2030年全球「永續發展目標」（SDGs, Sustainable Development Goals）中，有許多指標皆以健康為核心；其中，SDG3健康與福祉：確保健康的生活方式、促進各年齡層所有人的福祉、與SDG8具包容性永續經濟發展、充分就業、尊嚴勞動。這些指標的可以說就職場的健康服務的執行內涵的實踐。在聯合國永續發展2030目標八：具包容性的永續性發展、充分就業、尊嚴勞動；行動計畫之一就是「勞工權益保護及安全衛生促進」，這也是身為職護的我一直積極努力學習與實踐的方向。

現階段的大家，面對了許多相同或不同的挑戰，也付出了一定程度的心力。希望，未來的我們可以一起持續為職場設計推廣「永續健康服務策略」，並加入一些正向多元的元素，有機會讓工作職場及社會培植正面的健康力量。在照護員工促進身心健康的同時，希望也會讓自己感到快樂與喜悅的狀態；當然，學會也會在過程中陪著大家。

一直以來，抱著持續學習與成長的的態度，承蒙會員們的支持與厚愛，擔任TAOHN第4屆與第5屆理事，衷心的感謝，也更加明白責任所在！然，人生快樂之事，莫過於能在團體成員中獲得信任與肯定，並且非常高興能在未來有機會為大家貢獻一份心力，為大家服務。讓會員之力量能予彙集，形成一股龐大之力量流動。

希望，我們凝聚起來這亦師、亦友、亦親的大家庭，秉持共享共好共成長的精神與內涵，成為專業快樂的職護人！



經驗分享 I

職業衛生護理經驗分享

聯華電子股份有限公司 吳宓榛 職護

首先，要先感謝學會的肯定，使得有榮幸獲得績優職業健康護理人員。

另外，也要謝謝我的主管和工作上的職護姊妹們，因為大家的合作努力推動下，讓公司非常支持職場上執行各式的健促活動及職業病的預防，更讓我們職護夥伴們有著成就感，成為員工健康身心靈的把關者。

早期職業衛生護理在產業界並不受到重視，工作大都傾向勞工的健康檢查及緊急狀況為主，較少有著墨在疾病預防保健措施方面；後來隨著社會結構的變化及工作型態的改變，新興職業病的興起，勞工健康受到政府單位及企業的重視，特別是職安法頒布執行，提升了職護的能見度及專業度。也因此職護人員必須要不斷充實新知：政府法令、健康管理、促進、分析統計、預防照護及溝通技巧等，方能提供優質的專業，服務同仁。

雖說去年也獲得園區的優良衛生人員獎，但在此次的準備過程，彙整資料時，心中的深層浮現出這些年所投入職護工作的點點滴滴如：提供什麼是同仁需要的？健促活動如何規劃？提高員工參與率？個案的成效？心理個案的關懷？又如何與主管溝通？讓主管重視員工的健康？

在這參賽期間，對我而言這是一個職護生涯的回顧重整，覺得很豐富、甜美、精彩，讓我更看見自己，這是很大的收穫！回顧來時路，印象中最深刻的是，同仁面對家庭感情衝擊，甚至是家屬病危往生時，來找我，希望能陪伴他們。我很感謝他們給我機會去經歷生命不同的面向。

職場上要推動活動並非易事，尤其是活動參與人數太少時無法舉辦，後來調整作法，靜態活動外，增加了動態如：窈窕比賽、各式檢測、超音波檢查、視力保護、帶同仁爬樓梯等，果真同仁參與率提高了；在安委會上報告成效，獲得主管支持贊同，在在給了我信心及肯定。

從事職護多年的經驗告訴我：【同理心】是非常重要的關鍵點。運用了同理心、真誠心，去對待主管及同仁，設身處地替他們著想，讓他們感受到擁有健康身體及品質的生命，而他們也有很好的回饋，使我推動業務時真的很順利地執行。

職護是一份人與人之間溫暖的工作，在職場及健康預防上扮演很重要的角色。

只要用心、用方法，就能成為職場上最佳的守護天使！

恭喜吳宓榛職護榮
獲學會108年度績
優職護獎



經驗分享 II

歡喜做職護

台灣中油股份有限公司煉製研究所 陳美吟 職護

有次稽核員來廠稽核時問我：某一工廠辦減重活動300人參加共減了50公斤，那樣算有成效嗎？正思索要如何回答時，他又說：那根本是在玩數字遊戲而已。雖找不到職護缺失，但對我們職護所做工作很不認同，讓我感觸良多。默默自許我一定要做到受人認同、肯定的職護。

我的工作單位為研究單位，四成以上員工是碩、博士，在一個高學歷的團體裡要推職場健康促進，跟員工衛教、辦健康講座，困難重重。早期員工給的答案大部份是 Google 上都查詢得到，你們說的我也都知道（對哦！他們都學識淵博，找資料不成問題），所以達成率、出席率均不高，員工之健康指標亦未改善。究其原因是「知道」與「做」之間隔著遙遠的距離，如何拉近兩者之間的距離成為健康促進活動的主軸。因此以員工的需求，規劃複合式的活動方案，包括靜態的知識講座、多單元的動態及有氧運動，還有婆婆媽媽喜歡的健康烹飪等，讓員工有興趣的參與到有成就感及自信的堅持，活動結束後甚至主動參加外面的健康活動。經過一系列的活動後，達成率、出席率、滿意度均有上升，健檢異常率多項目也逐年呈現下降趨勢，近年來辦的健促活動、健康管理，得到各個稽核員（勞動部、經濟部、職安衛系統、台灣職業健康護理學會...）的稱讚，大多數同仁亦感受到健康促進活動的樂趣及意義。

職護生涯已邁入28年，從換藥、處理傷口、急救等日常護理工作到自己設定目標去從事勞工之健康教育、衛生指導、身心健康保護、健康促進等措施之策劃的資深職護，近年來職護工作轉變很大，這一路走來跌跌撞撞，但也獲益良多，把我的經驗跟各位姊妹分享。

想把職護工作做好並不容易，但可以從幾個面向思考：

- 一、該做什麼：那就是要知道法規規定。為了了解法規自修取得「乙級勞工安全管理員證照」、「甲級衛生師的證照」。
- 二、想做什麼：從事健康促進及健康管理有二個層次，1.有做即可（做到符合法規規定，即前面所說的”該做什麼”）；2.用心去做（配合組織文化、員工需求，讓員工有興趣參與及達到員工所預期的成果）。
- 三、表達技巧：上臺授課是傳授健康促進、自主管理知識是最快速及省時的方式。但要把授課內容要讓人能接受是需做功課的，所以自修學習中正大學辦理「商務簡報與台上表達技巧」、行政院勞委會辦理「職場勞工健康服務師資研習」...加強自己的表達技巧。
- 四、呈現成果：利用各種管道（例：環安衛系統管理審查會議、職業安全衛生委員會...）適時呈現健康促進、管理成效（例：健檢異常率下降、健康講座出席率上升、滿意度高）讓管理階層及員工了解執行結果。



五、充實新知：惟有不斷進修學新知、取得專業證照（取得職業健康照護管理師合格證書）及參與別人成果觀摩，才能求新求變受到同仁認同。在此向各位姐妹推薦我們的職業健康護理學會上有很多資源可利用，可以省卻不少自己摸索的時間。

感謝職業健康護理學會這些年所辦理在職訓練課程；找來各個職場菁英的經驗分享，讓專業知能提升許多。又發起「區域聯誼活動」增進彼此情誼，藉由姐妹們彼此經驗交流及共同學習成長的契機，做好員工健康照護及促進健康工作，讓我受益良多！並且為鼓勵從事職業健康研究，提升職業健康專業發展訂定「專案或研究計畫經費申請辦法」，107年就申請到十萬元經費，讓健康促進活動生動很多。感謝理事長的肯定給我信心，建議我參選績優職業健康護理人員獎，一路走來除了自己努力及用心外，也感謝同仁的熱情參與及諸多姐妹幫忙，有你們的寶貴經驗分享，才讓我知道要怎麼做才會做得更好。

學會就像一個大家庭，希望大家團結一心，努力將職場健康護理工作做得發光、發亮及受到肯定，效法蜀華姐的精神把職護工作傳承下去，做個歡喜的職護人。

恭喜陳美吟職護榮
獲學會108年度績
優職護獎

台灣職業健康護理學會
Taiwan Association of Occupational Health Nurses



2019 04 27

台灣職業健康護理學會
Taiwan Association of Occupational Health Nurses



第五屆第一次會員代表大會



第四屆理事長致詞

2019 04 27



職安署彭鳳美簡技致詞



學會發起人劉署華女士的先生許南全先生致詞



績優及優良職護頒獎



入會十年資深會員頒獎

2019 04 27



學術活動

