

臺北榮民總醫院健康促進醫院委員會

職場健康組

113-114年執行成果報告



報告人：職業安全衛生室

安全衛生精準診斷

院區工程與環境危害辨識作業之輔導與稽核。

持續提供教育訓及防護具



透過雲端執行化學品管理



協助危害物質現場措施執行



接受勞檢稽核及定期監測



113-114年員工健檢執行情形

活動名稱	活動地點	活動對象	113年 參加 人數	114年 參加 人數
新進人員健康檢查	家庭醫學部	員工	869	646
在職人員健康檢查	家庭醫學部、 健康管理中心	員工	1684	1825 ↑
特別危害健康作業 員工之特殊健康檢 查	家庭醫學部、 健康管理中心	員工	677	711 ↑

異常工作負荷促發疾病預防個案管理

- 1) 全院員工填寫工作過負荷風險評估量表，作為職業促發心腦血管疾病之風險參考
- 2) 依評估結果與健檢資料，由職安室辦理工作環境訪視與評估
- 3) 依風險分級（低／中／高），提供相應之建議與改善措施

年度	評估人數	低度風險 (<10%)	中度風險 (10-20%)	高度風險 (>20%)
113 年	568 人	88.9%	10.9%	<1% (1 人)
114 年	939 人	83.8%	16.0%	<1% (2 人)

高風險個案辦理臨場服務，提供醫師評估、衛教介入及追蹤管理



113及114年預防人因傷害計畫

	113年	114年
全院	1. 六梯次工作坊，共1191人次參加。 2. 全院講座舉辦三場，共166人次參加。	1. 六梯次工作坊，共920人次參加。 2. 舉辦全院演講一場，28人參加。
個人訪視	訪視24位同仁	訪視12位同仁
環境評估	四單位	三單位
單位授課	一單位，115人次參加。	三單位，共207人次參加

線上影片觀看、員工特別門診	
職安室網站提供相關影片觀賞	中醫員工傷科特別門診
影片放置位置：本院網站/各單位/醫療單位/職業安全衛生室/業務項目/肌肉骨骼人因性危害預防，可掃描QR CODE或直接點選網址觀看	【院內員工中醫特別門診】傳統醫學部李立煊醫師，週五下午0003診，可從網路掛號系統查詢相關資訊

全院	個人訪視	環境評估	單位授課
			

113 年「增肌減脂班」成果

※目標：身體組成分析儀測量身體組成變化，任兩項數值進步率達 3%。

※結果：達成目標。

1.經兩梯次各六週運動課程，均超過兩項數值進步達顯著差異。

2.生活品質量表檢測，所有指標均顯著進步。

備註:1.進步率:(後測-前測)/前測 x 100%，為各項目下降之百分比。2.*表示 $p < 0.05$ 有顯著差異。

第一梯次(7/22-8/26) 參加人數:33 人

身體組成分析	平均值	標準差	P值	進步率
腰圍(cm)	-1.09	2.38	0.01	-1.2%
臀圍(cm)	-1.29	2.10	0.00	-1.2%
右手脂肪重(kg)	-0.67	0.18	0.05	-3.4%
軀幹脂肪重(kg)	-0.36	0.77	0.01	-2.7%
軀幹脂肪百分比(%)	-7.47	16.72	0.02	-2.8%

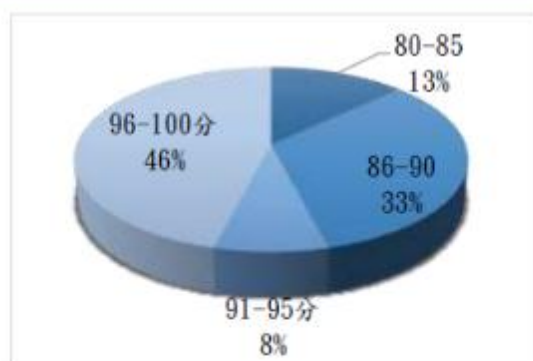
生活品質量表	平均值	標準差	P值	進步率
整體健康	0.32	0.84	0.32	11.8%
生理	1.71	2.59	0.01	6.0%
心理	1.56	2.73	0.02	8.4%
環境	2.18	2.70	0.00	7.0%
社會	0.74	1.54	0.01	5.5%

第二梯次(11/25-12/30) 參加人數:22 人

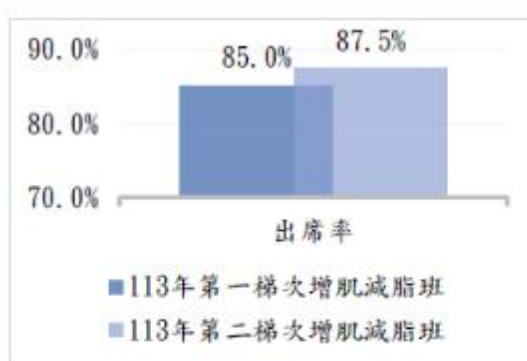
身體組成分析	平均值	標準差	P值	進步率
體脂肪重	0.49	1.08	0.045*	-2.0%
右手脂肪重	0.05	0.11	0.025*	-3.1%
軀幹脂肪重	0.26	0.52	0.031*	-2.2%
軀幹脂肪理想百分比	4.88	10.57	0.042*	-2.1%

生活品質量表	平均值	標準差	P值	進步率
整體健康	0.48	0.60	0.002*	15.87%
生理	2.14	2.76	0.002*	8.30%
心理	1.67	2.44	0.005*	8.73%
環境	2.10	3.06	0.005*	6.57%
社會	1.10	1.51	0.003*	8.42%

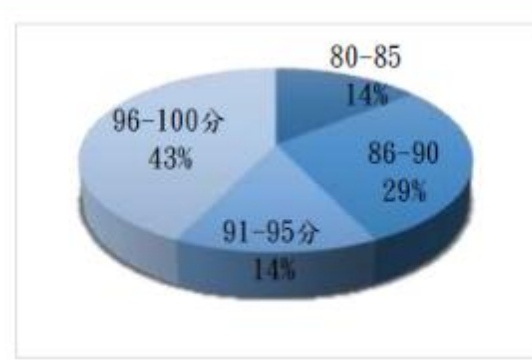
第一梯次-課程滿意度調查達 94.8%



課程出席率達 87.5%



第二梯次-課程滿意度調查達 93.7%



113 年增肌減脂課程照片



114 年健康指導課程

11 月 外食救星計畫：

課程結合健康餐盤概念與實際外食情境，由營養師說明外食選餐與餐點搭配原則，協助同仁辨識高油高鹽餐點並學習簡易替換技巧，在不增加備餐負擔下兼顧美味與營養，提升外食選擇能力與健康飲食意識。

12 月 中醫師的輕盈養身術：

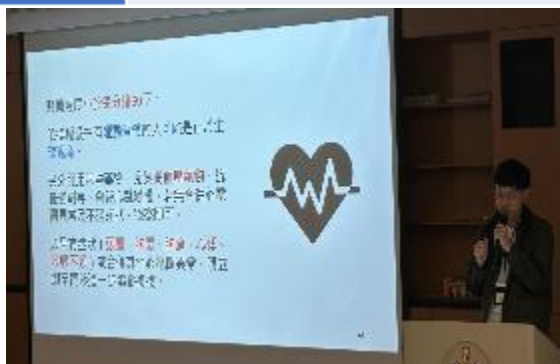
課程結合中醫養身理念與日常生活情境，由中醫師透過食補建議、穴道按摩指引及太極拳動作示範，說明簡易可行的日常調理方式，協助同仁促進氣血循環與新陳代謝，在不增加生活負擔下維持活力與身心平衡，提升健康自我照顧意識。

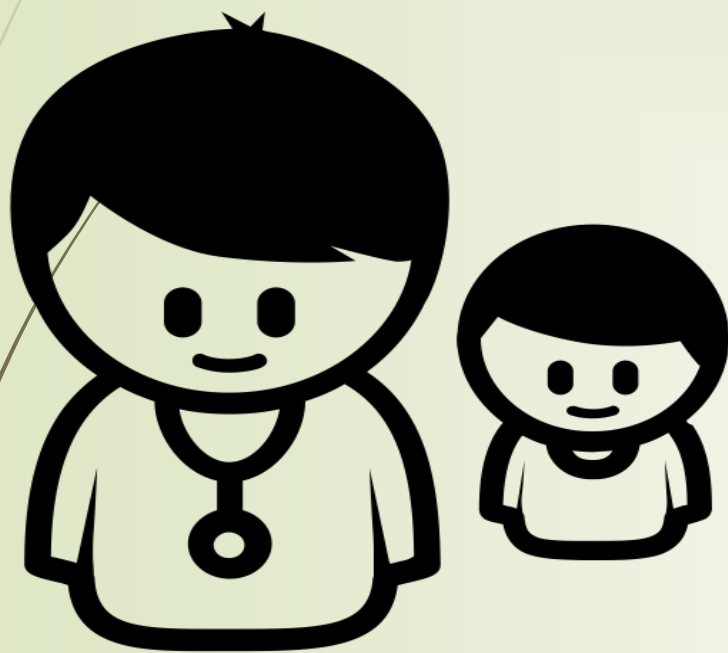


114年醫療機構安全衛生講座課程

- 目的：依勞工健康保護規則第10條第6項，執行健康教育、衛生指導、身心健康保護措施，達成職業疾病預防之目標
- 講座類型：健康管理、代謝症候群、異常工作負荷促發疾病預防、身心指導
提升同仁自我健康管理的意識，保障員工作業安全與健康

辦理日期	主題	特色亮點
114/11/27	了解一般勞工健檢異常項目與衛教	以員工健康檢查常見異常項目為核心，結合三高、代謝風險健康議題，提升員工對自身健康風險的辨識與自我管理能力。
114/12/18	異常工作負荷促發疾病預防	結合法規與實務，強化異常工作負荷預防意識，提升單位與個人對過勞風險的預防與因應能力





報告完畢
敬請指導