

國立臺南大學異常工作負荷促發疾病預防計畫

106年11月21日環境安全衛生委員會通過

107年12月25日107年第4次環境安全衛生委員會通過

109年6月15日109年第2次環境安全衛生委員會通過

111年9月27日111年第3次環境安全衛生委員會通過

一、目的：

為符合職業安全衛生法第6條第2項第2款規定，為避免工作者因異常工作負荷促發疾病，針對輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷可能促發疾病之工作者，提供預防計畫，以防止工作者因過度勞累而罹患腦、心血管疾病並達到早期發現早期治療之目的，特訂定本計畫。

二、名詞定義：

- (一) 輪班工作：指該工作時間不定時輪替可能影響其睡眠之工作，如工作者輪換不同班別，包括早班、晚班或夜班工作。
- (二) 夜間工作：午後10時至翌晨6時之時間內之工作，可能影響其睡眠之工作。
- (三) 長時間工作：延長工時達一定程度者。
- (四) 其他異常工作負荷：不規則的工作、經常出差的工作、工作環境（異常溫度環境、噪音）及伴隨精神緊張之日常工作負荷與工作相關事件。

三、本校各級之權責如下：

- (一) 校長：輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病預防計畫實施。
- (二) 各單位間執行本計畫有爭議時，得送環境安全衛生委員會議審議。
- (三) 工作場所負責人：負責指揮、監督所屬執行本計畫規定之相關事項並協調及指導有關人員實施。
- (四) 人事室：工時管控，篩選出長時間工作之工作者，並協助提供工作者異常差勤、缺工、請假及就醫紀錄。
- (五) 學務處衛生保健組：協助提供工作者健康促進相關活動資訊。
- (六) 環安組：職醫、職護依工作者體格(健康)檢查報告篩選十年內發生腦、心血管疾病之高風險工作者，並依風險評估結果，提出書面告知風險、健康指導、工作調整之適性評估與建議。
- (七) 工作者：配合本計畫之執行、風險評估與作業現場改善措施。

四、危害辨識及評估

異常工作負荷促發疾病之風險評估流程可依據相關流程進行（如圖 1 所示）。

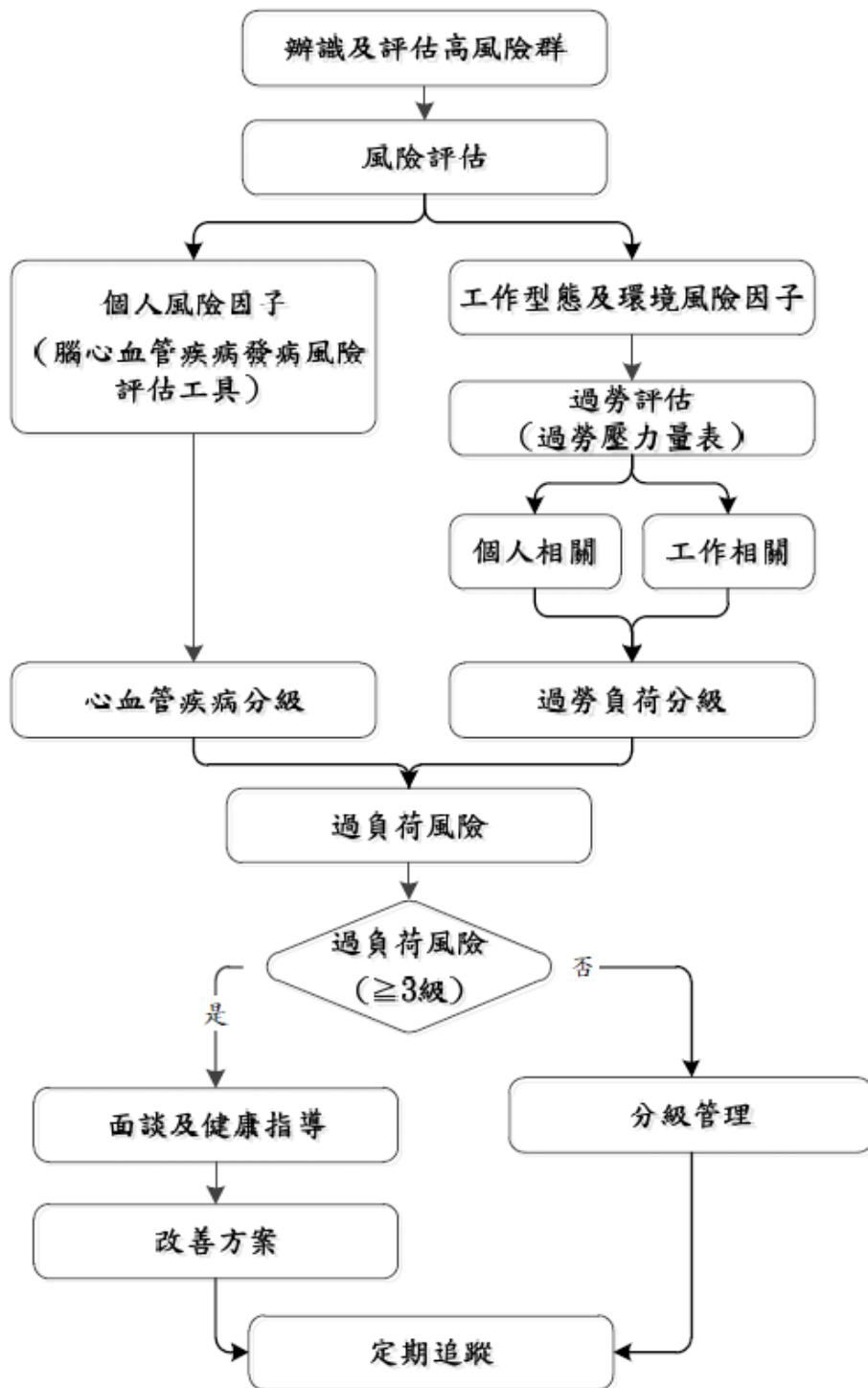


圖1 異常工作負荷促發疾病危害辨識及評估流程

(一)工作者資料蒐集以篩選適法對象

本校高風險族群為下列輪班、夜間工作、長時間工作等具過勞與壓力風險之校內工作者等。

1. 輪班工作：過於頻繁（一週或更短的時間輪一次班）的輪班。
2. 夜間工作：午後 10 時至翌晨 6 時之時間內工作者。
3. 長時間工作：係指下列情形之一者。（由於目前校內工作者並非全面設置之差勤系統，請各單位之主管評估工作者是否有下列狀況；學生則由指導教授或實驗室之負責人評估工作者是否有下列狀況）
 - (1) 一個月內延長工時時數超過 92 小時。
 - (2) 二至六個月內，月平均延長工時時數超過 80 小時。
 - (3) 一至六個月，月平均延長工時時數超過 45 小時。

由本校各單位收集並更新工作者基本資料、工作性質、工時等資料，經評估後，將可能為輪班、夜間或長時間工作類型或處於高生（心）理負荷工作及處於特殊工作環境者之工作者，並將名單回報至環安組，並彙整潛在風險族群；再由職護針對工作者進行高風險族群篩選，並進行個案管理。

(二) 建立預警制度，以啟動評估預防措施

校內並未全面設置人員之差勤系統，因此教師與職員請各單位之主管評估工作者是否有下列狀況；學生則由指導教授或實驗室之負責人評估工作者之身心狀況，並由各單位之主管回報環安組。

可透過個人風險因子（以個人問卷調查或疾病史、健康檢查結果，如高血壓、糖尿病、高血脂症、肥胖、腰圍等）及工作型態與作業環境風險因子評估高風險群。

透過勞工健康檢查報告以 WHO 十年內心血管疾病風險預測圖推估其心血管疾病風險程度(表二)。

表一 個人腦心血管疾病發病風險評估表

心血管疾病(CVD) 危險因子數目*	Grade I	Grade II	Grade III
	收縮壓 140~159 或舒張壓 90~99 (單位:mmHg)	收縮壓 160~179 或舒張壓 100~109 (單位:mmHg)	收縮壓≥180 或舒張壓≥110 (單位:mmHg)
0	低度風險	中度風險	高度風險
1~2	中度風險	中度風險	高度風險
≥3 或已有心腦血管疾病病症	高度風險	高度風險	高度風險

表二 WHO 十年內心血管疾病風險程度表

十年內心血管疾病風險	風險程度
<10%	低度風險
10%-20%	中度風險
20%-30%	高度風險
≥30%	極高風險

(1) 工作型態及環境風險因子評估：如工時過長、長期夜班、長期輪班、高生理負荷工作、伴隨精神緊張的工作、經常出差及特殊工作環境(如噪音、異常溫度環境)等，依實際工作特性，訂定適當之工作型態及環境暴露風險評分級距及風險分級(表三、表四)。

- A. 參考勞動部職業促發腦血管及心臟疾病(外傷導致者除外)之認定參考指引，評估長時間工作情形及工作型態之負荷。
- B. 參考勞動及職業安全衛生研究所(以下簡稱勞安所)研發之過負荷(過勞)量表或職業壓力量表(詳可至勞動部勞工紓壓健康網/身心舒壓營/壓力評量或勞安所勞工心理健康專區心理量表檢測系統平台下載瀏覽)，評估過負荷情形。

表三、工作型態評估表

工作型態		說明
不規律的工作		對預定之工作排程或工作內容經常性變更或無法預估、常屬於事前臨時通知狀況等。例如：工作時間安排，常為前一天或當天才被告知之情況。
經常出差的工作		經常性出差，其具有時差、無法休憩、休息或適當住宿、長距離自行開車或往返兩地而無法恢復疲勞狀況等。
作業環境	異常溫度環境	於低溫、高溫、高溫與低溫間交替、有明顯溫差之環境或場所間出入等。
	噪音	於超過80分貝的噪音環境暴露。
	時差	超過5小時以上的時差、於不同時差環境變更頻率頻繁等。
伴隨精神緊張的工作		日常工作處於高壓力狀態，如經常負責會威脅自己或他人生命、財產的危險性工作、處理高危險物質、需在一定期間內完成困難工作或處理客戶重大衝突或複雜的勞資紛爭等工作。

註:工作型態 具0-1項者:低負荷; 2-3 項者:中負荷; ≥4 項者:高負荷

表四 工作負荷程度表

	個人相關過勞分數	工作相關過勞分數	月加班時數	工作型態
低負荷	<50 分:輕微	<45 分:輕微	<45 小時	表三具 0-1 項
中負荷	50-70 分:中等	45-60 分:中等	45-80小時	表三具 2-3 項
高負荷	>70 分:嚴重	>60 分:嚴重	>80 小時	表三≥4 項

註：三種工作負荷等級不同時，選擇較嚴重者。

(2) 將個人腦心血管疾病風險與工作負荷促發腦心血管疾病之風險分級(表五)。

表五 腦心血管疾病風險與工作負荷促發腦心血管疾病之風險等級表

職業促發腦、心血管疾病 風險等級		工作負荷		
		低負荷 (0)	中負荷 (1)	高負荷 (2)
十年腦、心 血管疾病風 險	<10% (0)	0	1	2
	10-20% (1)	1	2	3
	≥20% (2)	2	3	4

註：1. () 代表評分。

2. 0：低度風險；1 或 2：中度風險；3 或 4 高度風險。

因工作過負荷所引起的腦血管及心臟疾病，係指依據醫學經驗客觀認定的患者病變情形係超越本身老化、生活習慣及飲食等因素造成病變過程之情況，導致促發意外的發生。其負荷評估以職場疲勞狀況為主，請本校前述潛在風險族群工作者進行自主檢核，由職護依據腦心血管疾病風險與工作負荷促發腦心血管疾病之風險等級表(表五)進行風險分級，並協助高度風險工作者填寫過勞量表(附表 2)及心理健康量表(附表 3)，使工作者初步自我評量個人/工作疲勞度及心理健康度，對工作者進行初步危害預防，最終由職護進行彙整分析。

由職護針對本校歸類之潛在風險族群，運用 Framingham Cardiac Risk Score(附表 4)與評估勞工過負荷問卷(附表 5)進行客觀評估，再綜合工作者自我評量及心血管疾病風險分析，依據風險分級及面談建議表(表六)，篩選為異常工作負荷促發疾病之高風險族群，安排職醫進行異常工作負荷健康管理諮詢。

表六 風險分級與面談建議表

風險分級 與面談建議		腦、心血管疾病風險		
		低	中	高
工作 負荷 風險	低	不需面談	不需面談	建議面談
	中	不需面談	建議面談	需要面談
	高	建議面談	需要面談	需要面談

五、預防作法及改善追蹤

(一) 提供職醫面談及健康指導

職護可分析歷年校內工作者之健檢資料，特別關注本身已經有高血壓、肥胖、高血脂、心臟病、抽菸等容易促發過負荷之工作者，必要時應鼓勵並安排工作者接受職醫諮詢或是就醫。此外，分析該本校之全體人員健檢異常率，以作為推動健康促進活動項目之參考依據。

過負荷諮詢表結果顯示如工作者屬於「中度風險」過負荷危害風險，但本身不願意參與相關健康諮詢，則由職護定期提供促進健康相關資訊，若工作者經判定為「高度風險」過負荷危害風險，則由職醫提供諮詢與指導，參照醫師根據面談指導結果所提出的必要處置，採取相關措施，並紀錄於異常工作負荷面談結果及措施採行表(附表 6)。「低度風險」工作者則原則上不需要諮詢。

(二) 調整或縮短工作時間及更換工作內容之措施

選工、配工應以體格(健康)檢查為基準，了解新進工作者的基本健康狀況。對於已經存在腦、心臟血管疾病危害因子者，除加強衛生教育、保健指導與醫療外，應加強職場中潛在工作相關風險因子的檢測與管控，追蹤任職後定期健康檢查的各項結果指標。如健檢結果之罹病風險增高者，需列冊考量進行配工之預防策略，同時配合職場健康促進計畫之推行，期望改善工作者健康狀況、作業環境條件以及推展職場健康促進。

依勞工健康保護規則附表 38，有心血管疾病者應考量不適合從事包括高溫、低溫、噪音……等諸項工作。職醫應該根據臨床症狀與工作者之心肺功能以及職業的需求，審慎的做出工作調適的建議。

即使工作者之臨床上心臟或血管功能尚可，也可能因為壓力、疲勞、情緒等因素影響到復工的意願，而中風所引起肢體與神經功能之損失，除應該積極復健外，如工作者有積極復工意願者，也應依年齡、復原後之身體需求，提供彈性工作內容、以及再訓練、工作機會等。職醫應參考臨床專科醫師意見及醫療指引所作之工作建議

，也應該充分與職護及其單位主管做溝通討論。

當評估有已知的危險因子存在時，應由職醫填寫異常工作負荷面談結果及採行措施表(附表 6)，建議進行工作內容調整或更換、工作時間調整，包括變更工作場所、變更工作內容或職務、縮減工作時間或工作量等措施，以減少或移除危險因子，並提供給其單位主管做溝通討論。

若改善措施係採工作限制時，基於考量部分工作者會擔心降低自己在職場的競爭力，本校應與工作者溝通後，再進行工作安排，以避免危害工作者的身心健康。

(三)實施健康檢查、管理及促進

1.實施健康檢查

本校依據勞工健康保護規則第 14 條至第 17 條，定期實施健康檢查，針對健康檢查之結果，由職護依勞工健康保護規則第 10 條規定，分析職員個人報告進行風險分級，針對健康檢查結果資料需建立電子檔案妥為保存 3 年。

2.健康檢查管理

由職護統計年度異常工作負荷預防健康管理成果，填寫預防輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病執行紀錄表(附表 1)。

3.健康促進

本校設置重訓室，不定期辦理職場體操、人員體適能評估、健康醫療諮詢服務或社團活動以及鼓勵利用職場外運動、定期舉行校內工作者之運動會等。

4.執行成效之評估及改善

本計畫之績效評估，在於本校內所有具過勞與壓力工作者健康管理之整體性評估，包括參與健康檢查率、健康促進達成率、健康檢查異常率。本計畫之執行情形與績效，應於職業安全衛生委員會定期檢討。

六、其他有關安全衛生事項

個人對於過勞的預防可透過充足睡眠、健康運動、放鬆舒壓、健康飲食、社會支持等方式來減少壓力因子。

七、本計畫執行紀錄或文件等應歸檔留存三年以上，本計畫為預防性之管理，若身體已有不適症狀請儘速就醫。

八、本計畫如有未盡事宜，其他法令相關規定有特別規定者，從其規定。

九、本計畫經本校環境安全衛生委員會審議通過，陳請校長核定後實施，修正時亦同。

附表 1 預防輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病執行紀錄表

執行項目	執行結果 (人次或%)	備註 (改善情形)
辨識及評估高風險群	具異常工作負荷促發疾病高風險者_____人	
安排醫師面談及健康指導	1.需醫師面談者_____人 1.1 需觀察或進一步追蹤檢查者_____人 1.2 需進行醫療者_____人 2.需健康指導者_____人 2.1 已接受健康指導者_____人	
調整或縮短工作時間及更換工作內容	1.需調整或縮短工作時間 _____人 2.需變更工作者_____人	
實施健康檢查、管理及促進	1.應實施健康檢查者_____人 1.1 實際受檢者_____人 1.2 檢查結果異常者_____人 1.3 需複檢者 _____人 2.應定期追蹤管理者_____人 4.參加健康促進活動者_____人	
執行成效之評估及改善	1.參與健康檢查率_____ % 2.健康促進達成率_____ % 3.與上一次健康檢查異常結果項目比較，異檢率_____ % (上升或下降) 4.環境改善情形：(環測結果)	
其他事項	需自主健康管理工作者_____人	

執行者：

單位主管：

環安組：

年

月

日

附表 2 過勞量表

填表日期： 年 月 日

填表原因：輪班工作 夜間工作 自行填寫

人事室通知(高工時) 職護人員通知(高心血管疾病風險)

員工姓名：_____

職 稱：_____

電 話：_____

一、個人疲勞

1. 你常覺得疲勞嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

2. 你常覺得身體上體力透支嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

3. 你常覺得情緒上心力交瘁嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

4. 你常會覺得，「我快要撐不下去了」嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

5. 你常覺得精疲力竭嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

6. 你常常覺得虛弱，好像快要生病了嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

二、工作疲勞

1. 你的工作會令人情緒上心力交瘁嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

2. 你的工作會讓你覺得快要累垮了嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

3. 你的工作會讓你覺得挫折嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

4. 工作一整天之後，你覺得精疲力竭嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未 5. 上

班之前只要想到又要工作一整天，你就覺得沒力嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

6. 上班時你會覺得每一刻都很難熬嗎?

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

7. 不工作的時候，你有足夠的精力陪朋友或家人嗎?(反向題)

(1)總是 (2)常常 (3)有時候 (4)不常 (5)從未或幾乎從未

計分：

- A. 將各選項分數轉換如下：(1)100 (2)75 (3)50 (4)25 (5)0
- B. 個人疲勞分數 - 將第 1~6 題的得分相加，除以 6，可得個人相關過負荷分數。
- C. 工作疲勞分數 - 第 1~7 題分數轉換同上，第 7 題違反向題，分數轉換為：
(1)0 (2)25 (3)50 (4)75 (5)100。將 1~7 題之分數相加，並除以 7。

分數解釋：

疲勞類型	分數	分級	解釋
個人疲勞	50 分以下	輕微	您的過負荷程度輕微，您並不常感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。
	50—70 分	中度	您的個人過負荷程度中等。您有時候感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。建議您找出生活的壓力源，進一步的調適自己，增加放鬆與休息的時間。
	70 分以上	嚴重	您的個人過負荷程度嚴重。您時常感到疲勞、體力透支、精疲力竭、或者虛弱好像快生病的樣子。建議您適度的改變生活方式，增加運動與休閒時間之外，您還需要進一步尋找專業人員諮詢。
工作疲勞	45 分以下	輕微	您的工作相關過負荷程度輕微，您的工作並不會讓您感覺很沒力、心力交瘁、很挫折。
	45—60 分	中度	您的工作相關過負荷程度中等，您有時對工作感覺沒力，沒有興趣，有點挫折。
	60 分以上	嚴重	您的工作相關過負荷程度嚴重，您已經快被工作累垮了，您感覺心力交瘁，感覺挫折，而且上班時都很難熬，此外您可能缺少休閒時間，沒有時間陪伴家人朋友。建議您適度的改變生活方式，增加運動與休閒時間之外，您還需要進一步尋找專業人員諮詢。

附表 3 心理健康量表

(資料來源：國科會/李昱醫師研發之憂鬱症量表)

	沒有或極少 (每週一天 以下)	有時(1~2天 /週)	時常 (3~4 天/週)	常常/總是 (5~7天/週)
1.我常常覺得想哭				
2.我覺得心情不好				
3.我覺得比以前容易發脾氣				
4.我睡不好				
5.我覺得不想吃東西				
6.我覺得胸口悶悶的				
7.我覺得不輕鬆、不舒服				
8.我覺得身體疲勞虛弱無力				
9.我覺得很煩				
10.我覺得記憶力不好				
11.我覺得做事時無法專心				
12.我覺得想事情或做事時比平常要緩慢				
13.我覺得比以前沒信心				
14.我覺得比較會往壞處想				
15.我覺得想不開，甚至想死				
16.我覺得對什麼事都失去興趣				
17.我覺得身體不舒服				
18.我覺得自己很沒用				

計分方式：

「沒有或極少表示」 0分

「有時候表示」 1分

「時常表示」 2分

「常常或總是表示」 3分

8分以下---情緒穩定

9~14分---情緒較不穩定、多注意情緒變化，多給自己關心

15~18分---壓力負荷已到極點，需要找朋友交談、舒緩情緒

19分以上---必須找專業醫療單位協助

附表 4 Framingham Cardiac Risk Score

檢核項目	檢核值
性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
年齡_____歲	<input type="checkbox"/> 30-34 歲
	<input type="checkbox"/> 35-39 歲
	<input type="checkbox"/> 40-44 歲
	<input type="checkbox"/> 45-49 歲
	<input type="checkbox"/> 50-54 歲
	<input type="checkbox"/> 55-59 歲
	<input type="checkbox"/> 60-64 歲
	<input type="checkbox"/> 65-69 歲
	<input type="checkbox"/> 70-74 歲
血液總膽固醇濃度 _____ (單位：mmol/L)	<input type="checkbox"/> 4.14 – 5.15
	<input type="checkbox"/> 5.16 – 6.19
	<input type="checkbox"/> 6.2 – 7.23
	<input type="checkbox"/> > 7.23
血液高密度膽固醇濃度 _____ (單位：mmol/L)	<input type="checkbox"/> 0.91 – 1.14
	<input type="checkbox"/> 1.15 – 1.27
	<input type="checkbox"/> 1.28 – 1.53
	<input type="checkbox"/> > 1.53
血壓範圍 採計收縮壓或舒張壓中較高的分級 _____ (單位：mmHg)	<input type="checkbox"/> 收縮壓 120 -129 /舒張壓 84 - 84
	<input type="checkbox"/> 收縮壓 130 -139 /舒張壓 85 - 89
	<input type="checkbox"/> 收縮壓 140 -149 /舒張壓 90 -99
	<input type="checkbox"/> 收縮壓 ≥150 /舒張壓 ≥100
是否有糖尿病	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
是否抽煙	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
10 年內發生心血管疾病的風險(公式計算)： _____ %	
相對同性罹患心血管疾病風險(公式計算)： _____ %	
評核醫師簽名： _____	

公式計算網址：<http://www.mdcalc.com/framingham-cardiac-risk-score>

【說明】：將上述表格內部之資料依序輸入公式後由電腦自動帶出心血管疾病風險估計值。

附表 5 過負荷評估問卷

填寫日期：____年____月____日

一、基本資料			
姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
出生日期	年 月 日	婚姻狀態	<input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 離婚 <input type="checkbox"/> 鰥寡
系/所/科/中心			
職稱			
二、個人過去病史(經醫師確定診斷，可複選)			
<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 睡眠相關呼吸疾病(如睡眠呼吸中止症) <input type="checkbox"/> 中樞神經系統疾病(如癲癇、脊椎疾病) <input type="checkbox"/> 周邊神經系統疾病(如腕隧道症候群) <input type="checkbox"/> 情感或心理疾病 <input type="checkbox"/> 眼睛疾病(不含可以矯正之近視或遠視) <input type="checkbox"/> 聽力損失 <input type="checkbox"/> 心臟循環系統疾病(如高血壓、心律不整) <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 上肢或下肢疾病(如會導致關節僵硬、無力等症狀之疾病) <input type="checkbox"/> 血脂肪異常 <input type="checkbox"/> 氣喘 <input type="checkbox"/> 長期服藥，藥物名稱：_____ <input type="checkbox"/> 其他_____			
三、家族史			
<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 一等親內的家屬(父母、祖父母、子女) 男性於 55 歲、女性於 65 歲前發生狹心症或心絞痛 <input type="checkbox"/> 家族中有中風病史 <input type="checkbox"/> 其他_____			
四、生活習慣史			
1. 抽菸 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(每天____包、共____年) <input type="checkbox"/> 已戒菸____年 2. 檳榔 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(每天____顆、共____年) <input type="checkbox"/> 已戒____年 3. 喝酒 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(總類：_____ 頻率：_____) 4. 用餐時間不正常 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是； 外食頻率 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 一餐 <input type="checkbox"/> 兩餐 <input type="checkbox"/> 三餐 5. 自覺睡眠不足 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是(工作日睡眠平均____小時；假日睡眠平均____小時) 6. 運動習慣 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(每週____次、每次____分) 7. 其他_____			
五、健康檢查項目			
※最近一次健康檢查時間：____年____月 ※是否同意檢附健康檢查報告相關數據，以作為心腦血管健康風險評估? <input type="checkbox"/> 不同意 <input type="checkbox"/> 同意(請填寫下列檢查結果，並簽名。同意人簽名：_____)			

1. 身體質量數_____ (身高____公分；體重____公斤)	8. 三酸甘油脂_____ (<150 mg/dL)
2. 腰圍_____ (M: <90 ; F: <80)	9. 空腹血糖_____ (<110 mg/dL)
3. 脈搏_____	10. 尿蛋白_____
4. 血壓_____ (SBP:135/DBP:85)	11. 尿潛血_____
5. 總膽固醇_____ (<200mg/dL)	
6. 低密度膽固醇_____ (<100mg/dL)	
7. 高密度膽固醇_____ (≥60mg/dL)	

六、工作相關因素

- 工作時數： 平均每天_____小時；平均每週_____小時)
- 工作班別： 白班 夜班 輪班(輪班方式_____)
- 工作環境(可複選)： 無 噪音(_____分貝) 異常溫度(高溫約____度；低溫約____度)
 通風不良 人因工程設計不良(如:座椅、震動、搬運等)
- 日常伴隨緊張之工作負荷(可複選)
 無
 經常負責會威脅自己或他人生命、財產的危險性工作
 有迴避危險責任的工作
 關乎人命、或可能左右他人一生重大判決的工作
 處理高危險物質的工作
 可能造成社會龐大損失責任的工作
 有過多或過分嚴苛的限時工作
 需在一定的期間內(如交期等)完成的困難工作
 負責處理客戶重大衝突或複雜的勞資紛爭
 無法獲得周遭理解或孤立無援狀況下的困難工作
 負責複雜困難的開發業務、或公司重建等工作
- 有無工作相關圖發異常事件(如近期發生車禍、車子於行駛中發生重大故障等)
 無 有(說明：_____)
- 工作環境中有無組織文化、職場正義問題(如職場人際衝突、部門內部溝通管道不足等?)
 無 有(說明：_____)

七、非工作相關因素

- 家庭因素問題 無 有(說明：_____)
- 經濟因素問題 無 有(說明：_____)

附表 6 異常工作負荷面談結果及採行措施表

面談指導結果			
工作者姓名		服務單位	
		男/女	年齡 歲
疲勞累積狀況	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 輕度 <input type="checkbox"/> 中度 <input type="checkbox"/> 重度		特殊記載事項
應顧慮的身心狀況	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有		
判定區分	診斷區分	<input type="checkbox"/> 無異常 <input type="checkbox"/> 需觀察 <input type="checkbox"/> 需醫療	
	工作區分	<input type="checkbox"/> 一般工作 <input type="checkbox"/> 工作限制 <input type="checkbox"/> 需休假	
	指導區分	<input type="checkbox"/> 不需指導 <input type="checkbox"/> 要健康指導 <input type="checkbox"/> 需醫療指導	
		需採取後續相關措施否	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 請填寫採行措施建議

醫師姓名： _____ 年 月 日（實施年月日）

採行措施建議			
工作上採行的措施	調整工作時間	<input type="checkbox"/> 限制加班，最多 _____ 小時／月	<input type="checkbox"/> 不宜繼續工作（指示休假、休養）
		<input type="checkbox"/> 不宜加班	<input type="checkbox"/> 其他
		<input type="checkbox"/> 限制工作時間 _____ 時 _____ 分 ~ _____ 時 _____ 分	
採行的措施	變更工作	<input type="checkbox"/> 變更工作場所（請敘明： _____ ）	
		<input type="checkbox"/> 轉換工作（請敘明： _____ ）	
		<input type="checkbox"/> 減少大夜班次數（請敘明： _____ ）	
		<input type="checkbox"/> 轉換為白天的工作（請敘明： _____ ）	
		<input type="checkbox"/> 其他（請敘明： _____ ）	
措施期間	_____ 日・週・月 （下次面談預定日 _____ 年 月 日）		
建議就醫			
備註			

醫師姓名： _____ 年 月 日（實施年月日）

單位主管： _____