



核能研究所

職業安全衛生簡訊

中華民國 105 年 10 月 01 日印行

職安會編印

目 錄

頁次

安全衛生管理.....	2
法令公告修訂.....	5
活動訊息輯要.....	6
職安衛教宣導.....	7
衛生保健知識.....	11
常見職災資訊分享及防災建議.....	14

安全衛生管理

- ◆ 6月27日桃園市環保局同意本所申請毒化物汞等17件核可文件之展延(至110年10月18日)。
- ◆ 職安會分別於7月6日、8月8日、9月5日完成本所密封放射性物質每月網路申報。
- ◆ 7月8日強烈颱風「尼伯特」來襲，因其登陸路徑偏南，對桃園地區影響輕微，未達本所「放射性物料營運重大天然災害及異常狀況通報程序」所訂應向主管單位原能會物管局通報標準，但化工組、工程組、燃材組均指派同仁於風災隔日上午入所檢查相關設施狀況，並發送電子郵件向職安會回報，職安會彙整資料後立即向物管局通報一切正常。
- ◆ 本所消防防災計畫書(更新版)暨公共危險物品保安監督人異動申報，於7月26日送達桃園市消防局高平分隊，完成核備；自105年7月18日起本所保安監督人改由職安會張烈誌先生擔任。
- ◆ 7月22日原能會輻防處蒞所追蹤檢查輻射作業場所放射性廢氣排放管理待改善事項，赴現場查核各館舍放射性廢氣之排放管路流向標示、排放口、監測設備等，並進行監測設備之示警功能測試。重點事項包括：(1)本所持有非密封放射性物質證照之作業場所，氣體排放均依要求進行即時監測及定期取樣分析，排放氣體濃度均遠低於法規限值，分析數據均依規定列於本所輻射安全季報並提報原能會。(2)化學組因改善工程浩大，辦理採購作業需時較長，原能會已於8月10日同意將完工日期由原承諾之6月底展延至11月底。(3)同位素組052館112室改建完成後，可將排放管路納入煙囪排放系統統一監測。(4)針對操作短半衰期核種作業場所之運轉、排放監測、取樣、送樣及分析作業，為評估有效之監測作法並能確實回推至廢氣排放時之活度，已請同位素組與化學組配合，依承諾時程，於9月30日前依實務狀況完成相關實驗及數據驗證。
- ◆ 7月27日桃園市環保局函文同意備查本所提送變更之「事業廢棄物清理計畫書」，本次變更係因應化學組030館纖維酒精實驗工場之廢棄物清理，增加廢棄物代碼D-0102(植物性殘渣)以生物處理之中間處理方法。
- ◆ 依7月份單位主管會議之主席裁示：各單位須於兩週內完成現行各標準作業程序(SOP)適用性檢討及更新，爾後必須落實執行標準作業程序。並請職安會評估各作業場所的重要性，進行稽查。職安會與13個單位聯繫並請其提供資料，建立各單位之職業安全相關程序書清單，共計8個單位提出82份程序書；經研訂稽查計畫後，先選擇化工組、工程組、燃材組三個單位進行現場稽查，並與單位主管及相關同仁意見溝通，提出標準作業程序文件格式宜參照本所品保制度、程序書更新時應同時檢視上階與連動文件、應建立定

期檢討更新機制等建議；職安會將持續至各單位作業現場訪查，並提供有關程序書之修訂建議。

- ◆ 7月 28 日將「第 47 次核子設施類輻射防護管制會議」與本所相關議題決議事項之辦理情形陳報原能會，該議題係要求本所評估各單位之煙囪氣體排放監測儀器之警報設定值保守性及適用情形。已由職安會及保物組分別負責行政協調及提供專業支援，並研訂評估模式，預計 11 月底前完成相關評估，擬於報請主管機關同意後之 1 個月內完成各單位警報處理程序之修訂。
- ◆ 8 月 8 日修訂「核能研究所輻射防護業務稽查作業要點」並公告實施；修訂重點為依實務作業之現況刪除部分稽查事項、避免與減少因組織異動或特定館舍之作業特性與規模變動時即需修訂本要點，以及增訂職安會得視各輻射工作場所之年度重點項目內容及業務性質，彈性調整稽查之時程，以發揮定期稽查之功效。
- ◆ 8 月 23 日~9 月 8 日執行 105 年本所聯合安全防護稽查，全所 13 個受檢單位(含 9 個功能組及綜計組、秘書室、機械系統專案計畫、核後端中心等)均已完成稽查，各稽查員提出之改善及建議事項將由職安會彙整陳核後，再發文受稽單位於期限內完成改善。
- ◆ 職安會訂定本所「共用館舍職安管理注意事項」，8 月 25 日奉所長核可，8 月 26 日函知本所各單位並公布於本所網頁之「本所規章」處，請各單位配合辦理。
- ◆ 8 月 26 日陳報原能會「本所 105 年第 2 季輻射安全季報」，9 月 6 日主管機關同意備查。
- ◆ 職安會訂定本所「平屋頂墜落災害防止措施」，8 月 26 日函知相關單位，請各單位配合辦理。
- ◆ 9 月 9 日原能會來函，針對本所「105 年期中輻射安全檢查之改善與建議」之回復說明提出如下審查意見：(1)改善事項第 6 項有關 052 館儀器示警值、警報值設定，請同位素組說明「還原值」與「實際偵測數」之意義，並提供換算過程。(2)改善事項第 12 項燃材組擬使用之門框偵檢器，恐無法有效偵測人員污染，不能直接取代全身污染偵檢器，請再檢討。(3)改善事項第 1 項、第 8 項、第 12 項目前尚未完成改善，請依承諾限期改善。(4)改善事項第 10 項、第 13 項請持續追蹤。前述審查意見(1)、(2)，請同位素組及燃材組於 9 月 26 日前將相關說明提報職安會，以回復原能會。審查意見(3)，請保物組、同位素組、燃材組分別於 9 月底、10 月底及 11 月底前提報改善進度予職安會，俾能掌控進度，確實於承諾期限內完成。審查意見(4)，職安會於 9 月 20 日至 22 日稽查各單位空浮監測器警報處理機制與區域監測器警報設定之辦理情形。

- ◆ 9月9日清理全所實驗室產出之廢塑膠混合物(廢棄物代碼 D-0299)計 0.38 公噸及廢玻璃混合物(D-2499)計 0.72 公噸，由鼎壘環保公司負責清除，運至鼎立環保公司新屋處理廠，職安會同仁跟車至處理廠，確認廢棄物安全入廠及秤重，並完成網路申報事業廢棄物委託共同處理管制遞送三聯單之確認。
- ◆ 9月12日工程組首次進行「超C類廢棄物盛裝容器換裝作業」，職安會陳執行秘書率工安、輻安、環安及品保管理室同仁，至015V館及016館執行全程動態稽查，提出之建議事項，請工程組儘速改善。本案為物管局高度重視之議題，請執行單位工程組及協助單位化工組務必遵循安全分析報告與作業程序書之相關規定，落實安全自主管理。
- ◆ 9月17日「馬勒卡」颱風來襲，因其登陸路徑對桃園地區影響輕微，雖未達本所「放射性物料營運重大天然災害及異常狀況通報程序」所訂應向主管機關原能會物管局通報標準，但因應主管機關要求於當日通報颱風前整備及隔日颱風後巡檢情形，職安會彙整各單位回報檢查設施狀況資料後，向物管局通報檢查結果均正常。爰配合主管機關管理各核電廠、清華大學及本所放射性物料營運遇天然災害通報之一致性，職安會於9月19日修訂「核能研究所放射性物料營運重大天然災害及異常狀況通報程序」第2版，9月21日送審完成後，發送電子郵件通知相關單位。

法令公告修訂

- ◆ 環保署訂定發布「毒性化學物質專業技術管理人員設置及管理辦法」。(105.07.15)
- ◆ 環保署公告修正「公私場所固定污染源申報空氣污染防治費之揮發性有機物之行業製程排放係數、操作單元(含設備元件)排放係數、控制效率及其他計量規定」。(105.07.25)
- ◆ 勞動部修正「事業單位職業安全衛生管理系統績效認可作業要點」，並修正名稱為「職業安全衛生管理系統績效認可作業要點」。(105.07.26)
- ◆ 勞動部修正「哺集乳室與托兒設施措施設置標準及經費補助辦法」。(105.07.28)
- ◆ 環保署公告修正「直轄市、縣（市）各級空氣污染防治區」。(105.08.03)
- ◆ 勞動部修正「機械設備器具安全標準」部分條文及第 94 條附表 25、第 96 條附表 26。(105.08.05)
- ◆ 勞動部修正「機械設備器具安全資訊申報登錄辦法」部分條文。(105.08.09)
- ◆ 勞動部修正「勞動部補助企業改善工作環境及促進職場勞工身心健康作業要點」。(105.08.10)
- ◆ 勞動部修正「危險性工作場所審查及檢查辦法」部分條文。(105.08.11)
- ◆ 環保署訂定發布「空氣污染防治專責單位或人員設置及管理辦法」。(105.08.11)
- ◆ 環保署公告修正「室內空氣品質維護管理專責人員設置管理辦法」。(105.08.11)
- ◆ 勞動部職安署公告「呼吸防護具選用參考原則」。(105.08.16)
- ◆ 勞動部修正「勞動部補助哺集乳室與托兒設施措施作業須知」。(105.08.22)
- ◆ 勞動部公告製造者、輸入者或供應者申請保留揭示安全資料表資訊之網路傳輸申請方式。(105.08.30)
- ◆ 勞動部修正發布「辦理勞工體格與健康檢查認可醫療機構醫事人員訓練機構認可及管理作業要點」。(105.09.07)
- ◆ 勞動部核釋「勞動基準法」第 36 條有關「例假」之規定，自 105 年 10 月 1 日生效。(105.09.10)

為落實「勞動基準法」例假規定之立法意旨，避免勞工連續勞動，致生過勞情事，勞動部已於 105 年 9 月 10 日正式發布新解釋令，並核釋勞動基準法第 36 條例假之安排，以「每 7 日為一週期，每一週期內至少應有 1 日例假，勞工不得連續工作逾 6 日」為原則，惟務實考量基於公眾利益等因素，難以避免勞工有連續工作逾 6 日之必要，爰允 3 類特殊情形得為例外，並以事前徵得勞工同意為前提。

- 1.年節、紀念日、勞動節日及其他由中央主管機關規定應放假之日，屠宰業或承載旅客之運輸業，為因應公眾之生活便利，致有使勞工連續工作逾六日之必要。
- 2.因勞工從事工作之地點具特殊性（如海上、高山或偏遠地區等），其交通相當耗時，致有連續工作逾六日之必要。
- 3.因勞工於國外、船艦、航空器、闡場或電廠歲修執行職務，致有連續工作逾六日之必要。

勞工之例假經調整後，連續工作逾六日者，雇主應考量其健康及安全。調整例假之原因結束後，勞工不得連續工作逾六日。

►環保署公告修正「屬產業用料需求之事業廢棄物種類」。（105.09.20）

►勞動部修正「職業安全衛生教育訓練規則」。（105.09.22）

活動訊息輯要

- 105 年度全所工作人員定期輻射防護教育訓練，於 6 月 29 日、7 月 6 日、13 日、20 日分四梯次訓練完成，共 1332 人(含廠商 12 人)參訓。
- 7 月 21 日職安會依「勞工健康保護規則」及銓敘部函辦理健康教育與健康促進活動，邀請臺北醫學大學附設醫院急診醫學科游文瑜專任主治醫師來所宣導「心痛不再有-淺談心血管疾病」健康講座，以增進同仁保健資訊，共計 90 人參加。
- 依審計部要求，職安會重新檢視及修訂本所「員工定期健康檢查作業程序」，經所部核定後，8 月 2 日於所內網站公告全所員工遵行，並函知相關單位配合辦理。
- 8 月 31 日將「105 年度本所同仁定期健康檢查結果暨工作限制判定總表」函送各單位主管，請單位主管針對有輻射工作限制建議者調整其工作，並責成相關人員(如計畫主持人、輻防小組負責人、輻防人員)進行後續管理，以及於判定總表「單位處理情形」欄內留下紀錄備查。
- 9 月 30 日舉辦 105 年第 3 季新進人員輻射防護教育訓練。
- 勞動部職安署定於 105 年 10 月 6 日至 7 日(星期四、五)上午 9 時 20 分，假台大國際會議中心 301 會議室(台北市中正區徐州路 2 號)辦理「2016 年職業健康服務國際研討會」，歡迎有興趣者踴躍報名參加！。
- 原能會於 7 月 15 日公告「105 年第 2 次輻射防護人員專業測驗及輻射安全證書測驗」訂於 105 年 10 月 29 日辦理。

職安衛教宣導

►環保署長視察稻草露天燃燒及煤碳堆置場揚塵管制情形



為改善中部地區空氣品質，環保署長李應元特別前往中部地區視察稻草露天燃燒及煤碳堆置場揚塵控制情形。

基於第一期稻作陸續採收，為宣導農民禁止露天燃燒引起空氣污染物，李署長特別參加彰化縣環保局辦理之「應用分解腐化菌推動稻草再利用應用現地示範活動」，利用稻草腐化菌可加速稻草的分解，並增加土地肥份。(資料來源：行政院環境保護署空保處)

►改變思維 再造塑料新價值

環保署於 7 月 14 日召開「改變思維 再造塑料新價值」記者會，推廣塑膠廢棄物減量及回收利用，並淺談全世界塑膠垃圾問題及介紹搖籃到搖籃異業結盟案例，由歐萊德 O'right 與大豐環保科技公司介紹今年首度推出使用 100% 再生塑膠瓶的髮妝新產品。

根據 World Economic Forum 及 Ellen MacArthur Foundation 於今年初發表報告，說明塑膠及塑料包裝為全球經濟組成的一部分，統計現今塑膠包裝材料年產量約 7,800 萬噸，回收僅占 14%，其餘以填埋或焚化方式處理。報告指出 2014 年的塑膠產量重達 3 億噸，占魚類的 1/5，預估到達 2050 年的塑膠產量將重達 11 億噸，比魚類還多，因此全球需建立新的塑膠循環經濟策略。



為邁向全球循環經濟新趨勢，環保署推廣搖籃到搖籃（Cradle to Cradle，簡稱 C2C）設計理念，以塑膠為例，強調從源頭就開始規劃設計，使所有塑料皆可不斷循環利用。（資料來源：行政院環境保護署廢管處）

◆綠色生活零負擔，聰明消費「省很大」年省1成電費、2成水費！



近年來臺灣受到氣候變遷影響，時常出現缺水危機，且天氣炎熱不斷連日高溫，面臨缺水及限電的雙重壓力，力行「綠色生活」是立即可行的減緩壓力途徑。環保署表示，民眾只要把握「綠色生活」原則，並選用環保標章產品，就可達成「節能省水愛地球，聰明省錢護荷包」的目標。舉例來說，環保標章家電產品節能前3名包含除濕機、開飲機、電冰箱，3者合計每年每戶約可節省約1個月的家用電費。

環保署表示，以一般家庭生活而言，目前通過驗證取得環保標章的家庭常用設備包括顯示器、電腦主機、冷氣機、電風扇、開飲機、螢光燈管、洗衣機、除濕機、電冰箱、二段式省水馬桶等。經統計，一個家庭常用設備若是全數以環保標章產品取代，全年可以節電約445度以上，節電量約占年度家戶平均年用電量12%，足足省了1成電費，還可以省水約75公噸（度），節水量約占年度家戶用水29%，水費省了超過2成！。（資料來源：行政院環境保護署管考處）

◆事業廢棄物委託不法清理 產源將付出代價

桃園市1家收受強酸廢液再利用之化工廠，貪圖低價將產出之廢污泥交付非法集團清理，後遭棄置於新北市及新竹縣等多處地點，105年3月遭新北地檢署以違反廢棄物清理法起訴，將面臨最重5年刑責，並得併科罰金最高300萬元，此外，該廠亦遭經濟部廢止其再利用許可，並付出棄置場址之清除及復原費用數十萬元，所付出費用已遠超過交由合法業者清理之費用，而環保單位後續還會依法追討其不法利得。



環保署呼籲事業單位應肩負起企業社會責任，瞭解與遵守相關環保法令規定，廠內產出之事業廢棄物若委託清除處理，應交付合法之相關廢棄物清除、處理機構，且需簽訂契約書，並取得廢棄物處理機構開立之妥善處理證明文件，切勿抱持僥倖心態，妄想貪圖不法利益，否則將觸法遭受刑責，付出高額代價，得不償失。（資料來源：行政院環境保護署督察總隊）

► 拜拜有誠心 嘸免放炮呷燒金



環保署「拜拜有誠心 嘸免放炮呷燒金」之宣導影片，呼籲民眾在尊重民俗傳統同時又能兼顧環境保護的考量下，可將購買紙錢的費用直接進行實質有助益之慈善活動，將功德發揮於民間或改買白米，於祭祀後可將白米捐給寺廟、弱勢團體或是自行食用，以道德敬神落實環保同樣可表達誠意，獲得庇護，且可將功德及福氣綿延後代，亦可降低空氣污染。（資料來源：行政院環境保護署基管會）

► 防蟑有撇步-蟑螂藏無路



蟑螂是居家環境中常見又討厭的衛生害蟲，牠們經常取食腐敗食物、澱粉及糖類，直接影響居家的環境品質。環保署提供民眾防治蟑螂的 3 大治本撇步就是「三不」原則，「不給來」、「不給住」、「不給吃喝」，強調要做好環境管理，維護居家環境品質，讓您遠離惱人的蟑螂。

環保署表示，除了環境管理的 3 個治本撇步外，另外 3 個治標的撇步就是適時適地使用環境用藥。第一個治標的撇步，就是使用噴霧劑在蟑螂出沒處上下噴灑約 10 公分帶狀的藥液，蟑螂爬過去接觸到藥劑就會死亡，第二個撇步就是使用殺蟑餌盒，引誘蟑螂進入餌盒食用藥劑，第三個撇步則是使用殺蟑凝膠餌劑，可施藥於裂縫、牆角、縫隙中，目前已為多數家庭使用的

殺蟑藥劑，如再搭配加強居家環境整頓，可增加蟑螂對凝膠餌劑取食率，提高防治效果，維護居家環境品質。（資料來源：行政院環境保護署環管處）

►回收鉛蓄電池高成長，創造循環經濟高價值



我們日常代步的交通工具汽、機車汰換下來的廢鉛蓄電池到哪兒呢？根據環保署統計國內去年回收約 7 萬公噸廢鉛蓄電池，相當 1 年就回收 530 萬顆廢棄的汽車用鉛蓄電池。

環保署表示，廢鉛蓄電池為公告應回收廢棄物，近 5 年稽核認證處理量由 99 年 3 萬 7 千公噸，至 104 年已大幅成長超過 6 萬 9 千公噸，回收率達 93.65%

，預估今(105)年可突破 7 萬公噸。

回收的廢鉛蓄電池經過破碎、分選後，可分選出鉛及塑膠廢料，其中鉛金屬部分，經由原料摻配、熔煉及精煉程序製成鉛錠。以 104 年為例，回收原料鉛達 5 萬 4,500 公噸，煉製鉛錠達 4 萬 9,000 公噸，以 104 鉛錠平均售價每公斤新臺幣(下同) 50.5 元計算，其產值約為 24 億 7,000 萬元，鉛錠可做為鉛蓄電池主要原料，亦可使用於製造鉛錘、鉛板等鉛產品。

此外，電池外殼破碎清洗浮選後，亦可成為塑膠二次原料，以 104 年為例，計產出 4,300 公噸塑膠二次原料，可用於製造腳踏車踏板、工具手提箱等各項塑膠再生品，估計可創造約 1 億元的產值。無論是鉛金屬或塑膠料的回收再利用，不僅充分發揮經濟價值，更有效達到物質循環再利用的永續目標。（資料來源：行政院環境保護署基管會處）

衛生保健知識

►染髮要顧髮 食藥署教你小心染

隨著標榜快速染、輕鬆染、泡泡染等日新月異的簡易型染髮劑誕生，促使消費者便於居家自行染髮，無論是有白頭翁煩惱的銀髮族或是新一代的「酷哥辣妹」年輕族群，為求恢復青春或是為了追求眩目外觀，接觸染髮劑的機會日漸增高。

曾有年輕消費者心血來潮購買染髮劑，自行在家使用，但因過去染髮都沒有過敏的經驗，也沒有先進行皮膚測試，使用染髮劑時直接將染髮劑塗抹整頭，過程中染髮劑還接觸到頭皮、頸部、耳後的皮膚，但仍未注意繼續染髮。之後這些接觸染劑的部位開始出現癢疹，卻不以為意又不停的搔抓，不慎抓傷頭皮，進而造成感染、流膿。

衛生福利部食品藥物管理署(食藥署)提醒您頭皮是毛囊最多、最密集的部位，染髮劑的成分可能透過毛囊進入人體，不當使用染髮劑則可能出現如紅斑、搔癢、水泡、皮膚潰爛等症狀，為使消費者注意染髮產品選購及使用安全，食藥署在此提供您簡單「染髮 5 撇步」，讓您染得安全，健康不傷髮。首先要「染前選」購買染髮劑時要選購有許可證字號及完整標示的染髮產品，特別要看清楚產品外包裝是否有衛生福利部核准之含藥化粧品許可證字號，如衛部(署)粧製字第○○○○○○○號、衛部(署)粧輸字第○○○○○○○號及衛部(署)粧陸輸字第○○○○○○○號；而使用前要確認「髮健康」，留意頭髮周圍的皮膚及頭皮是否健康，有傷口時千萬不要染髮；並且「要看明」看清楚染髮產品標示之使用方法及注意事項後，才能「安全染」，特別提醒您要以塗抹方式正確安全使用染髮劑，並避免接觸頭皮，不可以用洗髮搓揉方式進行染髮；最後要「全注意」全心注意染後皮膚狀況，每次染髮必須間隔三個月以上。

此外，特別提醒您衛生福利部未核准洗髮兼染髮之產品，坊間的泡泡染也是染髮劑的一種，使用時應看清楚使用方法正確使用，不得將泡泡染當洗髮精天天使用。而可能懷孕或確知已懷孕婦女更不建議染髮，以避免不可預知的風險。染髮時要依使用方法調配染髮劑比例、染髮劑塗抹時不要太接近頭皮、避免染髮劑流入眼睛、切勿將染髮劑使用於染眉毛、睫毛、鬍子等部位，並於染髮前進行皮膚過敏性測試，48 小時後無任何異常現象發生，才可以進行染髮。冷燙頭髮後也不要立即進行染髮，以減少頭皮負擔。

最後提醒您，在選購及使用化粧品時，若發現有不良品或發生不良反應，可通報食藥署建置的「藥物食品化粧品上市後品質管理系統」，網址：<http://qms.fda.gov.tw/tcbw/>，通報專線：02-66251166 轉 6401。為增加消費者對化粧品安全使用的認知，食藥署特別成立 TFDA 化粧品安全使用粉絲團，更多化粧品安全選用資訊請上 <http://www.facebook.com/tfdacos> 查詢。

►黑色夕陽—老年憂鬱

因老年期應該是人生的黃金年代，得了憂鬱症以後生活變黑白，黃昏時刻天邊懸掛著墨汁塗成的陰鬱日頭。老年憂鬱是老年心理衛生非常重要的課題，因為盛行率很高，大約每五到六位老人家，就有一人長期鬱鬱寡歡、悶悶不樂、愁眉不展。

但憂鬱的老人家未必願意，或者能夠述說憂鬱心情，一方面不習慣使用這類情緒字眼，沒有憂鬱的概念，另一方面也不願被子女看做意志軟弱，有損長輩形象。再加上老人家原本就在意健康，多少有慢性病，於是憂鬱以後表現出來的不適，大多是身體方面的抱怨，頭暈耳鳴嘴乾吞嚥不適、胸坎紮紮腹肚堵堵，或者手麻膝痛背痠等。厲害的時候，甚至出現慮病傾向，覺得自己得了重病，得到處檢查看醫生。另外常見的症狀，是較多的死亡意念，畢竟身處生命最後階段。而憂鬱若極其嚴重，也可能出現脫離現實的妄想，比如罪大惡極、身體功能喪失、家貧如洗等等負面到極點的想法。

所有精神疾病，除了失智症，都是中年以前大概就會發病，如果五、六十歲以後才出現，一定要考慮身體疾病或藥物導致的心理異常。於是老年憂鬱症在診斷上，一定會抽血檢查，排除內分泌、營養不良、肝腎疾病等等問題，也會注意老人家有沒有服用可能影響情緒的藥物，例如某些高血壓、攝護腺肥大、巴金森、氣喘用藥等。

治療上，吃藥當然很重要，特別是已經達到重鬱症的程度，也就是連續幾個禮拜，每天都有好幾項憂鬱症狀，比如情緒低落、興趣喪失、吃不下睡不好、體力腦力變差、整天充斥悲觀想法等，吃點藥大都會改善。但抗憂鬱劑必須服用幾個禮拜，藥效才會比較明顯，門診常見沒耐心的阿嬤，吃了幾天藥就提早回診抱怨沒有效，要求加藥改藥什麼的。一律不准！好好吃藥。

此外，非藥物的治療也非常重要，講到這裡，就是我看老年憂鬱跟別人不同的地方了，一般醫生除了開藥，就是說三、兩句聽起來安慰人的話，打動不了老人家。注意了，看老年憂鬱，一定要處理老年期常見的壓力與煩惱，因為大多數的老年憂鬱症，都是老化議題、家庭壓力與自身認知交互作用下的產物。

老人家最關心什麼議題？最常見的壓力來源是什麼？第一是健康，第二是兒女，第三是經濟，第四是感情，第五則是家庭以外的人際互動。要了解老人家對這些議題的看法，一定要清楚老人家的成長過程、家庭背景、婚姻狀態、婆媳互動、退休生活，以及生命哲學與信仰等等。這些壓力來源若不能介入處理，給老人家協助，光在那邊加藥換藥，只是儀式行為，幫助不大。

最後，老年憂鬱症可怕之處，在於它與老年自殺的顯著關連。台灣老年自殺發生率大約十萬分之三十三，台灣有兩百六十萬老年人口，等於每年有八百多位老人家死於自殺，是平均自殺率的兩倍。

老年自殺，不僅是對自身生命的否定，也是對這個社會這個時代的否定，好像胼手胝足打拼了一輩子，只為了證明人生不值得活，這是非常令人不忍的舉動。防治老年自殺最重要的工作，就是防治老年憂鬱症，將黑色夕陽換成黃金日頭，還給老人家一個生命的豐收季節。

●本文獲草屯療養院、沈政男醫師同意授權轉載，欲利用者敬請逕洽原著作單位。

Resource :

http://www.tppc.mohw.gov.tw/?aid=301&pid=117&page_name=detail&iid=2445

常見職災資訊分享及防災建議

(資料轉摘自北市勞檢處勞動安全電子報)

►○○工程行勞工窒息死亡職災案

【進行二氧化碳鋼瓶秤重作業 鋼瓶應安穩置放並加固定及裝妥護蓋】

◆災害發生經過：

103年11月5日中午過後，勞工吳員與阮員於○○大學推廣教育部地下1樓進行二氧化碳鋼瓶(共46支)秤重作業，因空間狹小，吳員於鋼瓶架下方移動鋼瓶、蓋上保護蓋並將吊秤勾勾住保護蓋吊孔，阮員於鋼瓶架上方操作吊秤使鋼瓶離地1-2公分後照相並告知鋼瓶重量由吳員記錄；當日下午約14時30分吳員陸續秤重鋼瓶時，阮員突然聽到「碰」的氣體噴發聲音，瞬間一片白霧，吳員疑似吸入高濃度二氧化碳又被傾倒之鋼瓶阻礙逃生通路無法逃走，阮員自鋼瓶架上跌落地面後無法行走，自行爬至會議室外求救。消防局人員搬出10支鋼瓶至會議室始能搶救吳員，經緊急送至仁愛醫院急救後，仍於11月5日16時20分死亡。

◆災害預防對策：

- 1.對於高壓氣體容器，不論盛裝或空容器，容器使用時應加固定。
- 2.對於高壓氣體之貯存，應安穩置放並加固定及裝妥護蓋。
- 3.雇主應會同勞工代表訂定適合其需要之安全衛生工作守則，報經勞動檢查機構備查後，公告實施。
- 4.雇主對新僱勞工或在職勞工於變更工作前，應使其接受適於各該工作必要之一般安全衛生教育訓練。
- 5.雇主應訂定自動檢查計畫，實施自動檢查。
- 6.雇主應依其事業規模、特性，訂定職業安全衛生管理計畫。
- 7.消防安全設備設置之裝置、檢修應由消防設備師或消防設備士為之。



鋼瓶貯存區空間狹小且無通風
設備往門口逃生通道僅69公分。



安裝之吊秤，下方為鋼瓶存放區共存放46支二
氧化碳鋼瓶。

◆ 從事泥作吊料作業墜落致死職業災害

■ 災害發生經過：

104 年 2 月 14 日，勞工呂○○與郭○○於民宅屋後增建 3 樓樓板邊緣吊料口安裝吊料機準備吊掛水泥，吊料機底座有用 8、9 包(每包 50 公斤)水泥壓住，於上午 9 時許，呂○○站在吊料機旁吊水泥(未使用安全帶)，郭○○則在後面灑水，當時呂○○發現吊料機有傾倒現象，並喊了聲「要倒了」，欲伸手拉住吊料機時與吊料機一同墜落至屋後鳳梨田地面。經通報 119 後，送往醫院急救，因傷重於同日 11 時不治死亡。

■ 災害預防對策：

1. 雇主設置前項設備有困難，或因作業之需要臨時將護欄、護蓋或安全網等防護設備拆除者，應採取使勞工使用安全帶等防止墜落致勞工遭受危險之措施。
(營造安全衛生設施標準第 19 條第 2 項暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項)
2. 雇主使勞工以捲揚機等吊運物料時，應依下列規定辦理：一、安裝前須核對並確認設計資料及強度計算書。...。(職業安全衛生設施規則第 155 條第 1 款暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項)



災害地點位置

◆從事陽台欄杆安裝作業墜落致死職業災害

■災害發生經過：

民國 104 年 3 月 20 日，高雄市○○土木包工業災害當日 8 時 30 分謝罹災者與張員於本工程進行阳台欄杆安裝作業，當日約 10 時謝罹災者與張員於 6 樓東面阳台作業，因張員去頂樓處理鐵蓋安裝問題，故留謝罹災者獨自於 6 樓東面阳台安裝欄杆，張員當日約 10 時 25 分聽到墜落聲響，立即發現謝罹災者墜落於隔壁頂樓。謝罹災者經通報 119 送醫急救，仍因傷重於當日 10 時 40 分許不治死亡。

■災害預防對策：

雇主對於高度二公尺以上之屋頂、鋼樑、開口部分、階梯、樓梯、坡道、工作台、擋土牆、擋土支撐、施工構台、橋樑墩柱及橋樑上部結構、橋台等場所作業，勞工有遭受墜落危險之虞者，應於該處設置護欄、護蓋或安全網等防護設備。雇主設置前項設備有困難，或因作業之需要臨時將護欄、護蓋或安全網等防護設備拆除者，應採取使勞工使用安全帶等防止墜落致勞工遭受危險之措施。(營造安全衛生設施標準第 19 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項)



勞工謝○○墜落於民宅頂樓，墜落高度約 6 公尺，尚未安裝欄杆亦一併掉落，1 座欄杆重量約 10Kg。

◆ 從事電焊作業感電致死職業災害

▲ 災害發生經過：

民國 104 年 9 月 3 日，高雄市，○○工程公司蔣罹災者坐在金屬排土管上焊接管內鐵片，於換裝第 3 根焊條時，因焊接角度需要彎折焊條，蔣罹災者用右手拿電焊機焊接柄夾住焊條，左手要彎折焊條時焊條觸碰到胸口，蔣罹災者叫了一聲後昏倒在排土管上，王員緊急將電源箱開關關閉後，前往查看發現蔣罹災者昏迷。黃員用台車將蔣罹災者載送至 #3 豎井，用吊籃吊至地面並送往醫院急救，仍因傷重於當日 23 時 39 分不治死亡。

▲ 災害預防對策：

雇主對勞工於良導體機器設備內之狹小空間，或於鋼架等致有觸及高導電性接地物之虞之場所，作業時所使用之交流電焊機，應有自動電擊防止裝置。（職業安全衛生設施規則第 250 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項）。



罹災者跨坐於金屬排土管上，面向排土管開口處進行管內鐵片焊接，右手拿電焊機焊接柄夾住焊條，左手彎折焊條時碰觸胸口。



經以三用電錶量測肇災交流電焊機二次側電壓為 67.5 伏特，未設置自動電擊防止裝置。