



核能研究所

職業安全衛生簡訊

中華民國 107 年 10 月 01 日

職安會編印

目 錄

頁次

安全衛生管理	1
法令公告修訂	3
活動訊息輯要	4
職安衛教宣導	5
衛生保健知識	11
常見職災資訊分享及防災建議	15

安全衛生管理

- ◆ 7月2日完成本所第2季土壤及地下水污染整治費申繳作業，本次申繳對應清理之廢棄物代碼為C-0119(其他含有毒重金屬且超過溶出標準之混合廢棄物)9.82公噸，應繳金額為3,476元。
- ◆ 7月3日函文桃園市政府環保局報備說明本所於5月29日委託金鼎浩公司清除C-0119(其他含有毒重金屬且超過溶出標準之混合廢棄物)廢棄物乙批，運至日友環保科技公司彰濱資源回收廠，該公司因故未能於期限30日內處理。經查經濟部同意該公司之處理期限可延長為60日，本案已處理完成。
- ◆ 依據6月26日「107年上半年防火管理委員會議」之所長指示，針對桃園市敬鵬工業公司大火肇災事件後主管機關（內政部）要求辦理事項之相關因應措施，7月3日已將本所列管公共危險物品（柴油）及化學品運作量達300kg以上之場所清單及平面圖資訊，函送本所秘書室（轉發安管中心、保警中隊）、政風室及其他相關單位參考，以利萬一發生災害時能確實提供救災人員相關資訊，並加強搶救及緊急救護。
- ◆ 8月3日向桃園市政府消防局第四救災救護大隊高平分隊提報本所「消防防護計畫」、「消防防災計畫」修訂版，並報備管理權人（所長）異動，已獲同意核備。
- ◆ 8月8日桃園市政府環境保護局以電子郵件通知，本所申請廢棄物清理計畫書異動（基本資料表-公司登記證明文件負責人）案件審核通過，核准有效期限至2023年8月8日。
- ◆ 8月9日保物組食品計測室廢棄物（廢棄物代碼：D-0199）400公斤，委託專業廠商（登基環境工程公司）清運至行政院環境保護署基隆市垃圾資源回收（焚化）廠處理，職安會已完成上網確認。
- ◆ 7月18日原能會輻防處至同位素組進行非密封放射性物質許可證（物字第2100078號）重新申照現場實地檢查，原能會提出4項改善意見，7月30日同位素組回復原能會；原能會審查後提出2點意見，同位素組已於8月2日回復原能會並於8月14日獲原能會同意發照。
- ◆ 本所「職業安全衛生政策」於107年8月14日經所長簽署，8月15日公告更新於本所網站首頁/更多服務/規章與文件/安衛政策，請各單位配合遵循。
- ◆ 因應物管局「放射性物料營運天然災害通報應變作業程序」修訂(107.08.01)，8月9日職安會召集相關作業單位(化工組、工程組、燃材組)，針對物管局要求之配合事項研商因應措施。會議紀錄於8月13日奉所部核定並印送各作業單位遵辦；另本所配合修訂之「核能研究所放射性物料營運天然災害及異常狀況通報作業程序書」(第4版)已於8月16日奉所長核定實

施。

- ◆ 8月21、24及27日桃園市政府環境保護局分批來函，同意本所毒性化學物質「汞」（第一、二、三類）等33項、和「1,2-二氯乙烷」（第四類）等11項毒性化學物質核可文件之變更。
- ◆ 8月23、30日及9月6、13日保物組食品計測室委託專業廠商（登基環境工程公司）清運廢棄物（廢棄物代碼：D-0199）各125公斤至行政院環境保護署基隆市垃圾資源回收（焚化）廠處理，職安會已上網確認。
- ◆ 8月24日物管局來函告知，訂於10月4、16日蒞所，依該局制定之107年度「核能研究所放射性物料運作定期檢查計畫」執行定期檢查，職安會已將來函轉知相關單位（化工組、工程組、燃材組、綜計組），請各單位（不含綜計組）於9月25日前將簡報資料傳送職安會彙整，俾便傳送物管局參考。目前化工組及工程組已將簡報資料傳送職安會彙整（燃材組將延至10月初）。
- ◆ 8月27~29日執行107年第3季放射性物料管理稽查，各相關單位（化工組、工程組、燃材組）均配合辦理並派員陪同。稽查報告所提列稽查發現，化工組、工程組皆已作說明及改善完成，燃材組尚改善處理中。
- ◆ 本所管制性化學品「鄰-二甲基聯苯胺」已於8月29日取得主管機關勞動部職安署核發之許可文件，請使用單位（目前僅同位素組使用）確實於本所環安衛系統登錄運作資料，以利職安會統一彙整資料並依規定定期上傳勞動部指定網站。
- ◆ 有關052館廢水匯流管脫落斷裂事件：
 1. 7月24日原能會來函，請本所調查所內各輻射作業館舍之放射性廢水管路設置及管理現況，職安會於7月30日發函請各相關單位（化學組、化工組、燃材組、同位素組、工程組、保物組）詳細檢視放射性廢液作業情形，含廢水管路、廢水收集槽之設計配置、定期巡檢、管路異常之評估與應變等事項，並填妥「輻射作業場所放射性廢液作業情形自我檢查表」送職安會。職安會於8月22~31日期間進行專案稽查逐項檢視，並請相關單位評估有無廢水管路脫落斷裂之可能。職安會將依稽查結果研擬調查報告，並於陳核後函送原能會。
 2. 8月3日原能會輻防處蒞所檢查有關052館廢水管案之處理現況，由同位素組簡報環境輻射監測作業之執行情形、監測結果及安排現場勘查。原能會請同位素組新增幾處環境取樣點並強化簡報資料內容，經修訂後之簡報資料於8月8日送原能會。另於8月17日同位素組完成檢討報告函送原能會，並於9月14日至原能會進行專案報告，會議結論重點包括：(1) 請同位素組儘速提交完整檢討報告；(2) 請將052館廢水管路改善工程設計資料提送原能會，並於改善工程竣工後再陳報原能會。9月20日原能會來函要求(1)彙整修訂總結調查報告(2)針對廢水匯流管路改善工程提送

相關輻防管理規劃，已請同位素組於 10 月 5 日前完成提送職安會，俾便函復原能會。另原能會亦請本所盡速完成所內其他館舍廢水管路及廢水收集槽配置現況調查。

- ◆ 8 月 30 日原能會輻防處至同位素組及保物組進行第一、二類輻射源專案檢查，結果無明顯缺失。
- ◆ 9 月 5 日發函通知各單位依規定實施 107 年度下半年自衛消防編組訓練，請相關單位於 10 月 15 日~26 日間辦理，並於訓練完成後 1 週內彙集「自衛消防編組訓練成果」、「自衛消防編組訓練腳本」及「簽到表」等電子檔傳送職安會，將於彙整後提報主管機關備查。
- ◆ 9 月 10 日原能會輻防處至同位素組進行非密封放射性物質許可證（物字第 2100078 號）換照前現場實地檢查，提出 4 項改善意見，同位素組已於 9 月 14 日回復原能會，後續待原能會審查核可發照。
- ◆ 107 年度全所消防安全設備檢測已於 4 月 13 日完成，施作廠商品祥公司於 5 月 14 日提供消防設備檢測之缺失改善報告；截至 9 月底止，尚未完成改善單位為化工組及秘書室，請儘速洽開口合約廠商辦理，並於改善完成後回報職安會。
- ◆ 9 月 4~20 日執行「107 年度聯合安全防護稽查」，稽查項目包括「安全衛生」、「消防安全」、「輻射防護」、「環境保護」、「放射性廢棄物管理」、「核物料安全及貯存建築物初步檢測」、「水電空調安全」、「人為危害破壞及重要館舍門禁安全」等 8 項，稽查結果彙整後將於 10 月 5 日前發文通知受稽單位改善。

法令公告修訂

- ◆ 行政院環境保護署修正「固定污染源空氣污染防治費收費費率」，自 107 年 7 月 1 日生效。(107.07.01)
- ◆ 行政院環境保護署修正「空氣污染防治法」，自公布日施行。(107.08.01)
- ◆ 行政院環境保護署修正「應裝置即時追蹤系統之清運機具及其規定」部分公告事項，並自即日生效。(107.08.17)
- ◆ 行政院環境保護署修正「毒性化學物質災害救助種類及標準」，名稱並修正為「毒性化學物質及懸浮微粒物質災害救助種類及標準」，自發布日施行。(107.08.22)
- ◆ 行政院原子能委員會修正「放射性污染建築物事件防範及處理辦法」第 9 條、第 16 條、第 32 條條文，107 年 8 月 28 日修正發布之條文，自 108 年 1 月 1 日施行。(107.08.28)
- ◆ 行政院原子能委員會修正「低放射性廢棄物貯存設施安全分析報告導則」，自即日生效。(107.08.30)
- ◆ 行政院環境保護署訂定「鍋爐空氣污染物排放標準」。(107.09.19)

活動訊息輯要

- ◆ 6月27日及7月4、18日分三梯次完成107年度本所定期輻射防護教育訓練，共1,155人（含廠商7人、借調7人、派駐台電3人）參訓，因故未參訓同仁共計18人。因故未參訓同仁中已有12人於8月30日至原能會補訓，尚餘6人（4人育嬰留職停薪，1人兵役留職停薪，1人延長病假）待回所上班後再另行安排訓練事宜。另分別於8月2、3日向主管機關原能會、環保署完成本所輻防人員繼續教育積分及公務人員終身學習之環境教育學習時數申報。
- ◆ 7月3日原能會公告「107年放射性廢棄物處理設施運轉人員測驗及格人員名單」。
- ◆ 7月27日原能會公告「行政院原子能委員會107年第2次輻射防護及操作人員測驗」報名簡章。
- ◆ 8月1日原能會公布「放射性物質或可發生游離輻射設備銷售服務業者名單」。
- ◆ 8月28日原能會公布「合格輻射防護偵測業務業者名單」。
- ◆ 9月4日原能會更新「放射性物質或可發生游離輻射設備銷售服務業者名單」。
- ◆ 9月26日辦理107年第三季新進人員輻射防護教育訓練，共4人參訓。
- ◆ 為提供本所同仁健康維護之相關資訊，職安會邀請長庚醫院健康管理科林灯賦主任於107年10月2日（星期二）13時30分，假本所027館一樓視聽教室，說明本年度員工健康檢查結果與身體保健相關事宜。
- ◆ 「第1屆綠色化學應用及創新獎」參選活動開跑
行政院環境保護署為鼓勵業界製程持續朝向綠色化學低污染、低毒性替代品之創新研發、減少毒化物應用、落實危害預防管理、強化緊急災變能力及推廣綠色化學教育，同時鼓勵推動綠色化學教育工作，辦理「第1屆綠色化學應用及創新獎」，符合參選資格者均可報名參加，歡迎各界團體及個人踴躍報名，報名收件日期自即日起至107年11月1日止，報名簡章、表格及說明會資訊請至環保署毒物及化學物質局網頁查詢或下載（<https://www.tcsb.gov.tw/np-315-1.html>）。

職安衛教宣導

►臺灣是循環經濟的熱點 不是世界垃圾場



環保署預告修正調整廢塑膠及廢紙之輸入管理要件，強化進口物料品質管控，其目的除維護環境品質外，也是為保護國內資源回收體系。

針對 8 月 29 日蘋果電子報大幅報導臺灣淪為世界垃圾場一事，環保署表示該報導只看到許多事情的表象，特在此提出說明：

一、進口產業用料增加肇因於國際綠色消費風潮

近來許多國際企業均強調其商品材質來自再生原料。這也是近年來我國生產大量以回收寶特瓶製成環保塑料機能足球衣或運動鞋並出口的原因。

二、我國進口產業用料與中國大陸禁止進口洋垃圾其樣態差異大

中國大陸原本進口之洋垃圾，其品項雜亂，且任意以露天燃燒方式處理，與我國進口的資收物（如廢塑膠）有明顯差異，且我國係經過再利用機構進口後，粉碎、熱熔、抽絲、造粒並再製為成品。

三、環保署持續警戒，並非視而不見

我國邊境查驗係由財政部關務署所屬關區把關，遇有疑義時環保署協助會同判定，自 105 年至 107 年 7 月共會同查驗 15 次，依法退運並予以處分 7 次。

四、再生物料減少、地球資源損耗

地球資源日益減少，須藉由再生物料回收運用，國際大廠（如 Apple）亦強調使用再生物料產製產品。

五、進行物料生命週期研究，加強社會溝通

生命週期評估將係將產品從原料開採、生產製造、產品運輸、產品使用、及「處置/回收」等生命週期的各階段進行各項數據分析。為讓社會大眾了解真相，環保署持續加強對外溝通。

六、維護國內環境，兼顧社會正義

由於廢紙並非環保署公告應回收廢棄物，就弱勢業者如生活出現困難，可洽相關社福團體；惟環保署對資源回收拾荒個體業者，於 106 年及 107 年共補助地方政府 3 億 4 千萬元，優先僱用屬低收入之資源回收個體戶。

七、兼顧多方意見，尋求各界共識

環保署於 7 月 3、30 日邀集相關部會召開兩次會議，後續將召開相關公聽及研商會議，邀集相關產業及各目的事業主管機關研商。（資料來源：行政院環境保護署廢管處）

►環保署擴大列管 GPS 廢棄物清運車輛，將於 111 年完成事業廢棄物清運車輛全面納管

環保署已公告修正「應裝置即時追蹤系統之清運機具及其規定」，將近期亦遭棄置之污泥、廢塑膠等 21 項廢棄物納入管理，並規劃預計從 108 年至 111 年分 4 階段全面納管，達成廢棄物清運車輛全面裝置即時追蹤系統的目標，以期遏止廢棄物非法棄置案件再次發生。

環保署表示，目前已列管約 9 千輛廢棄物清運車輛應裝置即時追蹤系統，但仍不時發生不肖業者利用合法掩護非法之手段，將清運廢棄物之車輛改由無裝置即時追蹤系統之車輛運送，或於清運過程中惡意拔除電源及遮蔽訊號，規避廢棄物清運流向監控管制。

環保署籲請新納入列管的清運業者，屆時應配合裝置 GPS，並依規定妥善清理廢棄物，共同為環境保護盡一分心力。(資料來源：行政院環境保護署廢管處)

►古董二行程機車有共識，自律維持好空氣



環保署已與古董二行程機車代表討論達成共識，環保署支持古董機車具文化保存的意義，古董二行程機車車主代表亦簽訂自律公約，在滿足自主管理及使用限制的條件下，可以繼續使用，不受加嚴排放標準的影響。

環保署與古董二行程機車代表達成的共識有：

- 一、有關古董二行程機車的認定，包含車齡及車型等，建議由老車愛好者如全國反禁二行程聯盟所成立的民間協會辦理，針對有爭議的車輛再由環保署成立審查會認定。
- 二、有關古董二行程機車的使用限制，包含不得於交通尖峰、空氣品質警戒日、空品維護區騎乘，以共同維護空氣品質。

環保署研訂的相關管制措施已兼顧維護空氣及古董機車車主的權益，期盼能一起共同努力改善空氣污染問題，讓大家呼吸一口好空氣。(資料來源：行政院環境保護署空保處)

◆ 綠色運輸空氣好，千萬點數大放送

為推廣民眾多利用便捷綠色運輸網絡減少交通造成之空氣污染，環保署自107年9月1日起至107年12月31日推出「綠色運輸空氣好，千萬點數大放送」活動，透過贈送悠遊卡儲值金或等值UUPON點數方式，鼓勵民眾於空污好發季節多使用綠色運輸及透過娛樂方式瞭解環保知識及政策。

「綠色運輸空氣好，千萬點數大放送」6種贈點方式，針對民眾不同搭乘綠色運輸習慣及空品較易不良之中南部民眾加碼贈點。移動污染源管制應統籌「車」「油」及「路」三個面向系統化管理，(1)在車輛方面，透過訂定排放標準以及適度提升排放標準；(2)在油方面，車用汽柴油硫含量於78年5,000 ppmw 加嚴至現行的10 mg/kg，(3)路的概念就是推廣民眾多利用便捷綠色運輸網絡，減少交通造成之空氣污染。

環保署表示，舊雨新知都是好夥伴，不管您是未曾、不常或經常搭乘綠色運輸者，邀請您揪好友一起響應「綠運集點集好氣、臺灣努力好空氣」，為臺灣好空氣盡一份心力。(資料來源：行政院環境保護署空保處)



►圓滿中秋食在安心 跨部會署齊心守護

中秋節是民眾歡聚團圓的三大節慶之一，月餅製品及文旦等水果都是民眾於中秋佳節經常食用或饋贈的應景食品。

環保署、農委會與衛福部共同為中秋節食品安全衛生把關，分別由環保署加強化學物質管理、農委會落實農產品源頭管理以及衛福部執行市售食品衛生安全查核，三部會署各司其職、持續緊密合作、提升食品安全，讓民眾有個圓滿安心的中秋。

三部會之農業機關持續推動蔬果、雞鴨蛋、禽畜水產品追溯追蹤，環保署配合農委會蛋鴨場抽驗，輔導蛋農勿將含蘇丹紅等毒化物添加於飼料；衛生機關稽查月餅與餡料製造業製程、環境及人員衛生，並抽驗市售月餅、鹹蛋黃、豆沙餡、蔬果、禽畜水產品及其加工製品等，如經查獲不符規定且涉及違反農政或環保相關規定，將透過跨部會合作模式移請相關部會依規定查處，必要時啟動聯合稽查，共同為中秋食品把關。(資料來源：行政院環境保護署毒物及化學物質局)

►如廁文化教案出爐 優質如廁最簡單 5招您做了嗎？

環保署張子敬副署長表示，環保署自 106 年推動「衛生紙丟馬桶」政策，已開啟如廁文化新紀元，今(107)年持續推廣優質如廁教育向下紮根，深化至每一位公廁使用者及管理維護者的內心，期提升國人的如廁素養。

「優質如廁行為」課程配合「敲敲、關門、上、沖、洗」5 個行動與口訣：先敲廁所門確認是否有人、再關廁門、蹲(坐)好位置、如廁後使用適量衛生紙擦拭、衛生紙丟入馬桶、馬桶沖水及使用適當水量洗手，依前述步驟培養學童做好進入廁所後的使用過程。



環保署表示，目前國內許多公廁管理單位，如中油公司將馬桶更換為免治馬桶，為消費者打造賓至如歸的如廁感受，讓廁所「不髒、不濕、不臭」，改變民眾過去對公廁總是簡陋、濕臭的刻板印象，藉由改造公廁環境，帶頭提升國內公廁文化。

公廁使用與清潔是國民衛生教育的重要一環，增進民眾對於如廁禮儀的認知，培養如廁新習慣，提升環境整潔及生活品質。(資料來源：行政院環境保護署環管處)

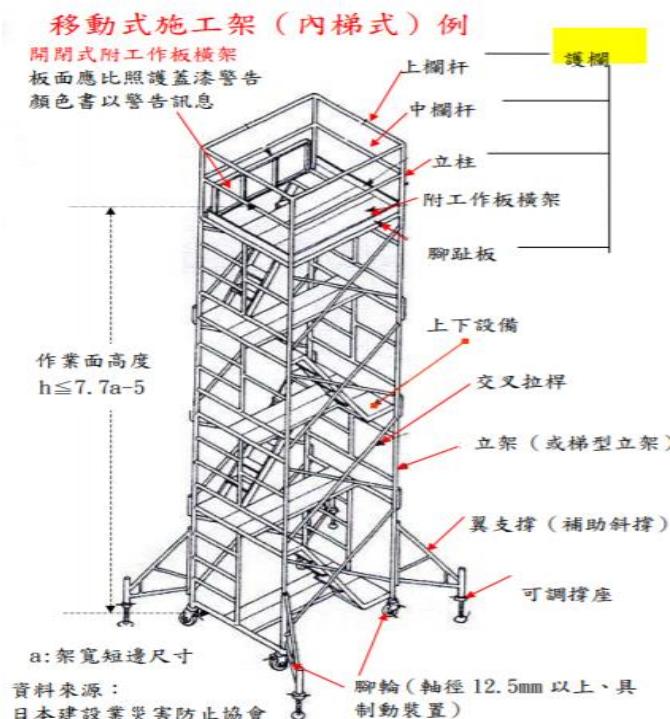
◆ 营造作业使用钢管施工架应符合国家标准，明（108）年起全面上路。

钢管施工架是营建工地提供劳工作业最常見的临时性構造物，也是营建工程职业灾害主要媒介物之一，根据劳动部职安署102年至106年营建业工作场所重大职灾统计资料，施工架即占所有灾害媒介物15.5%。劳动部表示，为保障劳工施工安全，自明（108）年起，营建工地使用之钢管施工架应全面符合国家标准CNS 4750，以落实营建安全卫生设施标准第59条第1款规定。

劳动部说明，以往因国内厂商制造量能不足及营建厂商基於成本考量，致市面上框式施工架之管径、厚度、材质及防鏽處理等，与国家标准有所落差，为保障施工架相关作业劳工安全，该部（组改前为行政院劳工委員会）于90年起即已召开多次会议、订定检查重点及实施检查宣导，惟成果尚属有限，101年再度邀集产、官、学界召开多次会议研商，决议依风险程度及工程规模，自102年起分阶段推動，并于明（108）年起全面适用。

劳动部为顺利推動该项政策，保障劳工作业安全，并鼓励具生产符合国家标准CNS4750钢管施工架能力之厂商投入生产，除于推動期程初期协助登录厂商名单于职安署网页，提供施工厂商选择外，并透过部会合作，请经济部标准检验局协助辅导钢管施工架製造厂商通过正字標記驗證，经统计至目前为止，通过驗證厂商已有20余家，可供應市场需求。

劳动部特别提醒，钢管施工架之用途，一般以提供营建工地劳工于高处作业使用，例如：建筑工地外牆、电梯井及天井等相關作业，亦有作为模板支撑使用，常见的灾害有墜落及倒塌等灾害，各劳动检查机构目前仍持续针对尚未适用之工地加强宣导，该部职安署近期也将再邀集施工架製造厂商、组搭厂商及相关团体等单位研商后续配合事项，以利於108年起全面推動，有效保障施工架相关作业劳工安全。



► 重申「起重機作業安全守則」，務請各單位及承攬商切實遵守

媒體報導 9 月 10 日○○鋼鐵公司發生耐火磚吊掛作業不慎，工作人員遭掉落耐火磚擊中之傷亡事件，再次重申起重機作業安全衛生注意事項：

1. 起重機操作與吊掛作業人員，應由合格人員擔任之。
2. 起重機吊掛作業，須統一運轉指揮，並指定作業監督人員，從事監督指揮工作。
3. 起重機每年必需依法實施荷重試驗乙次。
4. 起重吊掛作業時，嚴禁人員進入吊舉物下方。
5. 起吊物件時應徐徐垂直吊離地面，並防止吊掛物撞擊人員及設備，及過度擺動傷及人員及設備。
6. 吊舉行走時應注意是否會撞到障礙物，並確認所經路徑附近無人作業或無人通行。
7. 吊舉物吊起或放下時，吊掛作業人員不得以手握持吊索或吊鏈。
8. 人員不可隨吊物一起吊運。
9. 起重機操作人員在吊舉物懸空狀態，不得離開工作崗位。
10. 起重機應每年、每月及每日實施自動檢查，紀錄保存備查。



衛生保健知識

(資料轉摘自衛生福利部國民健康署網站)

►大腸癌篩檢政策

■大腸癌概況

大腸癌為國人發生人數最多的癌症，且呈每年快速增加的趨勢，每年約有 1 萬多人得到大腸癌，並有超過 5 千人因大腸癌死亡。大腸癌是可以早期發現早期治療，且治癒率很高的癌症。根據統計，早期的大腸癌如果妥善治療，存活率高達 90% 以上。篩檢政策依據歐美國家經驗，每一至二年進行 1 次糞便潛血篩檢約可下降 18% 至 33% 的大腸癌死亡率。

大腸癌的早期並無症狀，最可靠的方法就是定期接受大腸癌篩檢，而定量免疫法糞便潛血檢查是目前最安全且方便的篩檢工具。檢查結果如有異常（篩檢結果為陽性），需進一步接受大腸鏡檢查。若出現下列症狀，請儘速就醫：

- 大便中有血
- 大便中有黏液
- 排便習慣改變（一下子腹瀉，一下子便秘）
- 大便變細小
- 經常性腹瀉或便秘
- 體重減輕
- 貧血
- 如腫瘤較大，則可觸摸到腫塊

以上症狀不代表發生大腸癌，但症狀如持續出現超過 2 星期以上，應立即請專科醫師檢查。

■如何預防大腸癌

- (1)天天五蔬果：多吃蔬菜水果，少吃肉類，避免吃煙燻或燒烤食物。
- (2)維持每日運動。
- (3)二年一篩檢：定期糞便潛血檢查，可早期發現大腸癌，並有效降低 2 成死亡率。

■何謂糞便潛血檢查

糞便潛血檢查是檢查糞便表面是否有肉眼看不出來的血液，由於大腸癌的腫瘤或息肉會受到糞便摩擦而流血，血液因而附著在糞便表面排出，所以透過糞便潛血檢查能早期發現大腸癌或息肉個案，並經由大腸鏡檢查作進一步診斷，及早接受治療，進而阻斷癌症的發生與進展，才能減少大腸癌的傷害。目前糞便潛血檢查是使用定量免疫法，不需要飲食限制，相當簡單方便。

糞便潛血檢查並非百分之百準確，當有任何異狀時，仍應找專科醫師做必要檢查。做糞便潛血檢查需要注意什麼：

在糞便的不同表面刮取適量的糞便，放入內含保存液專用的採便管。

由於糞便中的血液在室溫下會被破壞，請採檢完後盡速送回；如無法於當日立即送檢，務必先存放於冰箱冷藏保存。

檢查結果為陽性該怎麼辦？

如果糞便潛血檢查呈陽性時，建議至大腸直腸外科、腸胃肝膽科、消化腸胃系內科或一般外科，進一步接受大腸鏡檢查，其好處是檢查過程如有發現病兆或息肉時，可以直接取樣做切片或是將它切除。若無法做大腸鏡檢查時，可考慮大腸鏡攝影加乙狀結腸鏡檢查。

大腸鏡檢查結果及後續處理建議：

- (1)正常：不需作其他處理，建議每2年定期做糞便潛血檢查。
- (2)發現息肉：切除息肉，並依專科醫師指示做大腸鏡檢查追蹤。
- (3)發現大腸癌：請依專科醫師指示接受後續治療及處置。

◆骨質疏鬆症

人體骨骼的骨量大約在 20 歲至 30 歲會達到最高峰，之後骨量逐漸減少，女性停經後因為荷爾蒙減少，骨流失速度會加快。如果骨流失過多，使得原本緻密的骨骼形成許多孔隙，呈現中空疏鬆的現象，使得骨骼變脆、變弱，就是所謂的「骨質疏鬆症」。

骨質疏鬆症是一種沈默的疾病，大多沒有明顯的症狀，有些中高齡患者，可能只有出現身高變矮、駝背的外觀變化，這些患者平常不會覺察到它的存在，大多不以為意，但是只要一個輕微跌倒，或是突然過猛外力，如彎腰搬運物品，就可能造成骨折。骨折後引發嚴重的疼痛、無法行動、可能長期殘疾，影響健康生活品質，甚至死亡。

■趁早存「骨」本：攝取高鈣與優質蛋白、適度曬太陽、負荷運動

世界骨質疏鬆基金會指出在年輕時期能多增加 10% 的骨密度，就可以使骨質疏鬆症的發生延緩 13 年。因此，在各年齡層階段都需要攝取均衡且足夠的營養素來維持骨骼健康，更要從年輕時就要開始「儲存骨本」，多攝取骨骼健康所需的鈣質、維生素 D3 及蛋白質等，如乳品類、高鈣豆製品、黑芝麻及小魚乾及深綠色蔬菜等，並保持適當體重，不吸菸及節制飲酒，避免過度飲用咖啡，避免熬夜等健康生活形態。

此外，透過適當日曬來增加體內維生素 D3 轉化，一般情況下，建議您可以在每天上午 10 點以前或下午 2 點以後，陽光不是最強烈的階段，不要擦防曬乳，曬太陽 10 到 20 分鐘，但注意不要曬傷。藉此透過維生素 D3 幫助人體從腸道中吸收鈣質，以避免骨鈣合成不足而導致骨鬆，同時也可預防多種慢性疾病的風險。

還有，從事荷重運動可增加您的骨密度和強健肌肉，幫助改善身體的協調與平衡，減緩肌少症之發生，降低跌倒和骨折的風險，因此建議您從事健走、慢跑、爬樓梯、舞蹈、登山、跳繩、舉啞鈴操（雙手拿約 0.5~1 公斤的啞鈴或同等重量之安全物品）等具有對抗地心引力之運動。

■查明本身是否有風險因子，即早接受治療

另外，若父母曾發生過骨折，尤其是髖骨骨折，則個人罹患骨質疏鬆症的風險也會提高，且曾發生過骨鬆性骨折的病人，其發生第二次骨折的機率，是未曾發生過骨折的人兩倍，另外服用類固醇藥物者其骨骼亦會變得脆弱。另外停經後婦女、卵巢切除或 45 歲之前提前更年期的女性，因為荷爾蒙變化也要特別注意自身骨骼健康。

國民健康署骨質疏鬆防治政策是以健康促進預防為優先，以強化宣導民眾建立正確防治識能為重點。另對於骨質疏鬆症篩檢政策，由於大規模社區篩檢國際實證仍顯不足，目前正持續蒐集相關資料及國際發展，並考量篩檢後續對於異常追蹤、確診、治療等配套措施。對於骨鬆高風險者，例如曾經發生骨折或 65 歲以上婦女，可循醫師建議進行骨鬆檢查。

另根據目前的研究，只要有定期追蹤骨密度，瞭解自己身體的狀況，快樂生活不會是問題。即使有骨質有疏鬆的情形，只要開始照護，也會讓您的骨骼更加健康，例如骨質疏鬆藥物的治療，運動的習慣，健康的飲食，都會讓您的骨骼保持健康的狀態，無論是生活，旅遊，家庭生活，都會輕鬆自在。

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)

►【升降機安裝作業發生墜落致死職災案】

107年8月30日8時46分許，○志工程行於台北市○福路○○○號某工地進行升降機安裝作業，當時罹災者歐○○於頂樓R1樓層（11樓）現場進行放樣作業時，疑似因施工平台未確實鋪設施工踏板，又未使用安全帶等防護具，自頂樓R1樓層直接墜落至地下4樓升降機機坑內，頭骨破裂當場死亡。

■災害預防對策：

1. 雇主對於從事升降機安裝作業之勞工，有遭受墜落危險之虞者，應確實於該處設置護欄、護蓋或安全網等防護設備；若因設置有困難，或因作業之需要臨時將防護設備拆除者，應採取使勞工使用安全帶等措施（如捲揚式防墜器、安全母索等）。

	
放樣施工平台未確實鋪設踏板及護欄等設施（R1）	安全帶置於升降機機坑口未使用（R1處）

►【從事天花板油漆作業發生墜落受傷災害】

民國 107 年 6 月 27 日上午 8 時 37 分，江○○承攬士林區中山北路 7 段○巷○號油漆工程，當日勞工陳○○使用超過 2 公尺高之折疊梯進行天花板油漆作業，作業時疑似因折疊梯卡榫未固定而傾倒，陳罹災者自折疊梯（超過 2 公尺）上墜落受傷，經通報消防局送往振興醫院治療，已於 7 月 4 日返家休養。

灾害預防對策：

1. 對於在高度在 2 公尺以上之處所進行作業，勞工有墜落之虞者，應以架設施工架或其他方法設置工作臺。（職業安全衛生設施規則第 225 條第 1 項暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項）。
2. 雇主應依規模訂定職業安全衛生管理計畫。（職業安全衛生管理辦法第 12 條之 1 第 1 項暨職業安全衛生法第 23 條第 1 項）。
3. 雇主應依規模，設置職業安全衛生業務主管。（職業安全衛生管理辦法第 3 條第 1 項暨職業安全衛生法第 23 條第 1 項）。
4. 雇主應訂定自動檢查計畫，實施自動檢查。（職業安全衛生管理辦法第 79 條暨職業安全衛生法第 23 條第 1 項）。
5. 雇主對新僱勞工，應使其接受適於各該工作必要之一般安全衛生教育訓練。（職業安全衛生教育訓練規則第 16 條第 1 項暨職業安全衛生法第 32 條第 1 項）。
6. 雇主應依本法及相關規定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。（職業安全衛生法第 34 條第 1 項）。

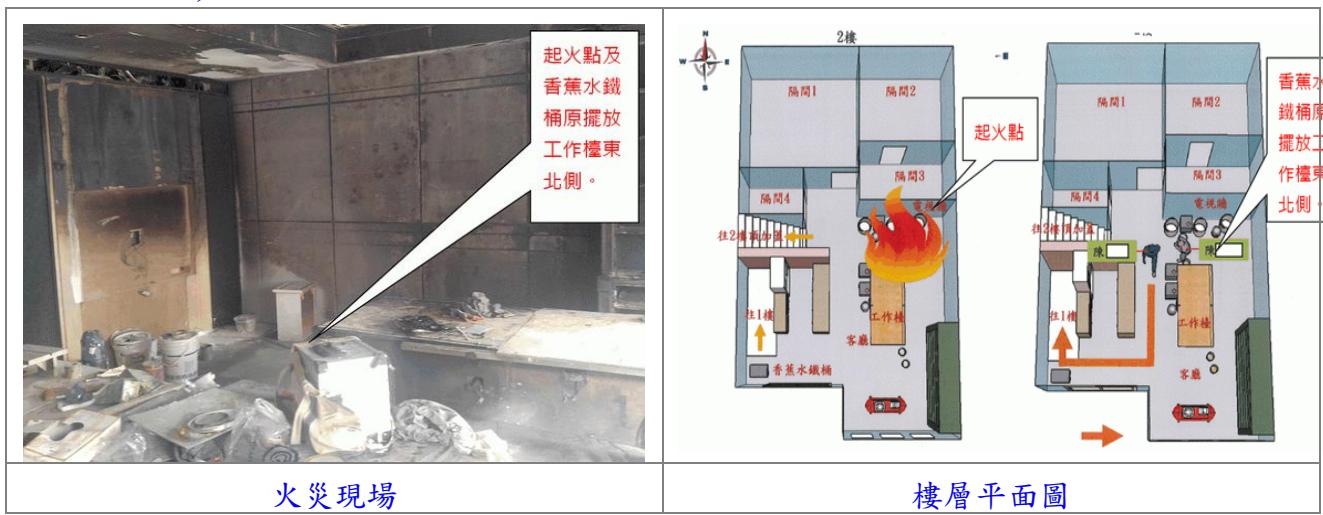
	
罹災者使用超過 2 公尺高之合梯進行天花板油漆作業時墜落受傷。	現場天花板。

►【從事石材丈量作業發生火災致死災】

107 年 4 月 25 日，陳○胤（即○誠工程行）承攬天母區高公館吉宅新建工程案之石材工程，依據臺北市政府消防局火災原因調查鑑定書之內容，當天 4 月 25 日 13 時許，雇主與陳罹災者於工地 2 樓丈量電視牆牆面大理石工程尺寸，在火災發生前雇主於電視牆附近利用捲尺丈量尺寸，陳罹災者在工作臺附近進行繪圖，在丈量過程中雇主有聽到及看到電線冒火花的情形，電線火花引燃鐵桶冒出火勢（消防局研判鐵桶放置於電線上方，因電線短路引燃鐵桶），雇主第一時間想到把鐵桶移開，移至裡面的小房間時，發現地面有液體滴落燃燒火勢，所以雇主再將鐵桶拿起往 1 樓走，走到 2 樓工作臺附近時，突然”碰”一聲發生爆炸，當時有聽到陳罹災者有喊我身上著火了，雇主趕緊將鐵桶丟置於 2 樓往 1 樓樓梯口處再將陳罹災者帶至樓下，提水將她身上的火撲滅，再拿水及滅火器至 2 樓滅火。後續消防局人員來的時候僅剩零星火勢，之後陳罹災者經 119 救護車送臺北榮民總醫院就醫，診斷為大面積燒燙傷，惟仍於 5 月 6 日 14 時許不治死亡。。

灾害預防對策：

1. 雇主對於工作場所儲存有易燃性物料時，應有防止太陽直接照射之遮蔽物外，並應隔離儲存、設置禁止煙火之警告標誌及適當之滅火器材。（營造安全衛生設施標準第 12 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項第 11 款）。
2. 雇主對勞工於作業中或通行時，有接觸絕緣被覆配線或移動電線或電氣機具、設備之虞者，應有防止絕緣被破壞或老化等致引起感電危害之設施。（職業安全衛生設施規則第 246 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項第 3 款）。
3. 雇主於室內儲藏有機溶劑或其混存物時，應使用備有栓蓋之堅固容器，以免有機溶劑或其混存物之溢出、漏洩、滲洩或擴散，該儲藏場所應依下列規定：一、防止與作業無關人員進入之措施，二、將有機溶劑蒸氣排除於室外。（有機溶劑中毒預防規則第 25 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項第 11 款）。



►【汽油桶吊掛作業發生物體飛落致死職災案】

107 年 3 月 12 日 16 時 30 分許，哲○開發事業有限公司於台北市敦化○路○段 112 號○○市場改建工程工地進行移動式起重機加油作業，現場以 A 履帶式起重機吊掛油桶至高處加油 B 履帶式起重機，而當時○○工程行勞工陳○○（罹災者）於地面牽引油管，不料汽油桶失速下滑，擊中下方的罹災者，立即送往國泰醫院救治，最後仍宣告不治。

灾害預防對策：

1. 起重機具之運轉時，應採取防止吊舉物通過人員上方及防止人員進入吊舉物下方之措施（職業安全衛生設施規則第 92 條暨職業安全衛生法第 6 條第 1 項第 1 款）。
2. 操作手應將其操作遠離附近相關作業人員，以避免有物體飛落之風險。
3. 雇主使勞工使用危險從事作業前，應確認所使用物質之危險性，採取預防之必要措施。



罹災現場情形。