

# 全身振動危害的影響與預防

## 局部振動

使用振動手工具，經由工具之把手將振動傳到手臂甚至全身，又稱手-手臂振動

## 全身振動

通常為操作大型車輛或機械時，經由坐墊、臀部傳遞至整个人體而引起共振

## 高風險職業

卡車／預拌水泥車／砂石車司機、堆高機／推土機／起重機／壓路機／曳引機／怪手／大型搬運機操作、農用載具、隧道挖掘機操作員、小型飛機和直昇機飛行員等

## 健康危害

下背痛、坐骨神經痛、腰椎系統退化、椎間盤突出等

## 職業安全衛生設施規則

- 第298條 雇主對於處理有害物、或勞工暴露於振動之有害作業場所，應去除該危害因素，採取使用代替物、改善作業方法或工程控制等有效之設施
- 第300條 發生強烈振動及噪音之機械應採消音、密閉、振動隔離或使用緩衝阻尼、慣性塊、吸音材料等，以降低噪音之發生
- 第301條 雇主僱用勞工從事振動作業，應使勞工每天全身振動暴露時間不超過規定時間

## 預防措施



### 勞工教育訓練

使勞工能維持正確握持駕駛姿勢



### 危害調查評估

識別振動水平最高的車輛或機器和工作環境



### 減少暴露振時間

利用輪班、工作調整等方式，減少每日暴露的振動時間



### 機械設備

定期維護保養



### 安裝合適座椅

確保其減震效果良好（振動隔絕、懸吊座椅）並提供足夠的支撐



### 健康檢查

高振動暴露作業勞工定期健康檢查