

臺北市政府工務局公園路燈工程管理處

異常工作負荷促發疾病預防計畫

品管及職安科 訂定

1111202 版

一、目的

因工作負荷促發相關心血管疾病（俗稱過勞），為「長期處在高度心理壓力之下所產生的身心耗弱狀態」，嚴重者甚至會造成工作者猝死。依職業安全衛生法第6條第2項第2款，及職業安全衛生設施規則第324-2條規定，並參照勞動部職業安全衛生署於108年4月訂定「異常工作負荷促發疾病預防指引(第二版)」，針對本處「採取輪班、夜間工作、長時間工作等異常工作負荷促發疾病之預防措施」訂定本計畫，以確保本處工作者之身心健康。

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：參考勞動基準法之規定，為工作時間於午後十時至翌晨六時內，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。
 - 1. 一個月內延長工時時數超過100小時。
 - 2. 二至六個月內，月平均延長工時時數超過80時。
 - 3. 一至六個月，月平均延長工時時數超過45小時。

三、適用對象

適用於本處輪班工作、夜間工作、長時間工作等具過勞與壓力風險之工作者。

四、職責

- (一) 品管及職安科：
 - 1. 擬訂、規劃、督導本計畫，並指導有關部門實施。
 - 2. 依風險評估結果，協助計畫工作調整、更換，以及作業現場改善措施之執行。

（二）健康服務醫師及護理人員

1. 依預防計畫進行風險評估，依風險評估結果，提出書面告知風險、健康指導、教育訓練及工作調整或更換等健康保護措施之適性評估與建議。
2. 依預防計畫協助風險評估，依風險評估結果，進行統計與分析，協助健康保護措施之執行。

（三）人事室

1. 協助輪班工作、夜間工作及長時間工作者。
2. 協助預防計畫之工作危害評估。
3. 依風險評估結果，進行工作調整、更換，以及作業現場改善措施之執行。

（四）各單位主管

1. 評估輪班工作、夜間工作及常時間工作者。
2. 參與並協助預防計畫之規劃、推動與執行。
3. 協助預防計畫之風險評估。
4. 配合預防計畫之工作調整、更換，以及作業現場改善措施。
5. 每年將執行情形通報品管及職安科。

（五）工作者

1. 參與預防計畫之執行及風險評估。
2. 配合預防計畫之工作調整與作業現場改善措施。
3. 預防計畫執行中之作業變更或健康狀況變化，應告知醫護人員，以調整預防計畫之執行。

五、預防計畫執行流程

（一）辨識及評估可能促發疾病之高風險群

1. 執行對象

由所有工作者之工時資料及相關資料篩選出具有輪班工作、夜間工作或長時間工作之工作負荷因子之工作者，再就下列方式評估個人風險程度。

1. 評估方式

- (1) 推估心血管疾病發病風險程度：以勞工體格或健康檢查報告之血液總膽固醇、高密度膽固醇、血壓等檢核項目，採用 Framingham risk score 或 WHO/ISH 心血管風險預測圖等模式計算 10 年或終身心血管疾病發病風險（表 1），惟如已具有腦心血管疾病病史或以藥物治療控制之心血管疾病者，可參考醫師之建議，將其納為具腦心血管疾病之中高風險群。本推估方式可運用職安署開發之「勞工個人健康管理工具 iCare」（網址為 <https://icare.osha.gov.tw/>）評估。
- (2) 以過勞量表評估負荷風險程度：參考過勞量表（附件 1）及心理健康量表（附件 2），請勞工填寫相關過勞狀況，評估勞工工作負荷程度（表 2）。
- (3) 利用過負荷評估問卷（附件 3）或依勞工工作型態（表 3）評估勞工之每月加班時數、作業環境或工作性質是否兼具有異常溫度環境、噪音、時差、不規律的工作、經常出差的工作及伴隨緊張的工作型態，評估勞工工作負荷程度（表 2）。
- (4) 綜合評估勞工職業促發腦心血管疾病之風險程度：以前述勞工之個人腦心血管疾病風險與工作負荷情形，綜合評估職業促發腦心血管疾病之風險（表 4）。

表 1—10 年內心血管疾病發病風險程度表

10 年內心血管疾病發病風險	風險程度
<10%	低度
10%-20%	中度
20%-30%	高度
>30%	極高

表 2—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：四種工作負荷等級不同時，選擇較嚴重者。

表 3—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 4—職業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)
10 年內 心血管疾 病發病風險	<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

(二) 安排醫師面談及健康指導

面談及指導的目的，在於防止高危險群或是有危險性的勞工，因過度操勞而促發腦心血管疾病，並期望達到早期發現、早期治療的目的。

1. 面談及指導的實施者：面談指導由醫師(從事勞工健康服務之醫師或職業醫學科專科醫師)負責執行。
2. 面談及指導的場所：必須選擇適當且具隱私的場所，如小型會議室、休息室等。
3. 面談指導的對象：
 - (1) 針對前述評估為高風險者，包括職業促發腦心血管疾病高度風險者，或10年內心血管疾病高度風險以上或工作負荷為高負荷等；必要時得視勞工個人情形，將中度風險(負荷)者納入(表五)。

表 5—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

- (2) 除前開對象外，若勞工長時間工作造成過度疲勞，且勞工本身對健康感到擔心而主動提出申請者。

4. 面談指導之注意事項及後續處理：

- (1) 為利醫師可以確實評估及對勞工提出建議，事業單位應先準備勞工之工作時間(含加班情形)、輪班情形及工作性質、健康檢查結果及作業環境等資訊予醫師參考。
- (2) 從事面談指導之相關人員，須事先向勞工說明，因實施業務得知之勞工健康或隱私等相關事宜，將遵守個資法等相關規定，不會洩漏個人之相關資料，使勞工可以放心地接受面談指導。
- (3) 依風險評估之程度安排面談指導之時間，針對高風險者建議每個月面談一次或依醫師建議時間安排，惟此時間仍須視勞工之

個別性安排。

- (4) 面談後應依勞工之個別性提出面談結果及處理措施報告或紀錄（附件 4），並且保存 3 年；該面談結果可將之依「診斷」、「指導」及「工作」區分為 3 類，詳表 6。

表 6—面談結果分類及等級參考表

面談結果	診斷	指導	工作
A	<p>無異常： 勞工自覺加班時間非常多，未出現生理與心理自覺症狀，及檢查結果全部在正常範圍內，且其可自我調整因過度工作造成之生理與心理的壓力。</p>	<p>不需指導： 基本上勞工仍需自主積極地改善睡眠、飲食等不良之生活習慣、長時間勞動等作業習慣，以實施促進健康的活動。</p>	<p>一般工作： 適用於各種檢查無異常現象或是出現輕度檢查值異常，但可透過治療妥善控制疾病的勞工，其並未有工作時間之限制，可從事原工作。</p>
B	<p>需觀察或進一步追蹤檢查： 針對自覺加班時間非常多，未出現生理與心理自覺症狀，雖檢查結果出現輕度異常值，惟其個人瞭解異常之原因，且勞工可自我調整因過度工作造成之生理與心理的壓力者，可再予觀察；若已出現生理與心理自覺症狀，且檢查結果有 1 至 2 項目輕度至中度的異常情形，則需進一步複檢。</p>	<p>需進行健康指導： 其目的為疾病之預防，可透過衛教活動、運動或飲食指導等，協助勞工確立生活步調與改善生活習慣，改善腦心血管疾病，或是心理健康失調等相關現象。</p>	<p>工作限制： 針對需觀察或進一步追蹤檢查之勞工，需限制勞工之工作時間，以預防腦心血管疾病之促發，含縮短工作時間、限制出差、限制加班時間、限制輪班間隔時間、限制轉換夜間工作、限制工作負擔、轉換作業、工作場所的變更、減少夜班次數等。</p>
C	<p>需進行醫療： 勞工自覺生理與心理慢性疲勞，且出現明顯疾病惡化之情形。</p>	<p>需進行醫療指導： 其目的為避免疾病惡化，當一般定期健康檢查項目（血壓、體重、膽固醇、血糖值）持續異常，必須以藥物等方式進行治療者。尤其針對可能出現因症狀減輕就擅自不遵守用藥指示之勞工，應實施醫療及遵守用藥的指導。</p>	<p>需休假： 其係以療養為目的給予勞工休假與停職等，在一定期間內不指派工作。當勞工已明顯感受慢性疲勞感等自覺症狀、喪失工作意願，且出現睡眠不足、飲食習慣改變、體重增減等現象及檢查結果出現明顯異常或疾病出現急速惡化的趨勢，必須住院治療時，應予休假休養。</p>

(三) 調整或縮短工作時間及更換工作內容之措施

應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，並留存紀錄(附件 4)。

1. 調整或縮短工作時間：以數字或是具體表述，可以 1 個月為目標實施縮短工作時間，必要時於 1 個月後再次進行面談，依個案身心健康情形，重新判定是否需予調整。
 - (1) 限制加班，如每個月許可加班幾個小時。
 - (2) 不宜加班，讓勞工依規定工作時間(不超過 8 小時)工作。
 - (3) 限制工作時間，如每天幾點到幾點可以工作，只能工作幾小時或不能上夜班、不能輪班或減少輪班頻率等。
 - (4) 不宜繼續工作，檢查結果出現明顯異常，或治療中的疾病出現急速惡化的情形，必須住院治療。休養期間結束後，需重新面談，確認已經恢復或參考其主治醫師的判定後做出決定。
 - (5) 其他，如不適合責任制或其他工作時間外之臨時交辦工作，如網路軟體交辦工作，或配合家庭因素，如接送子女等彈性調整工作時間。
2. 變更工作場所：若勞工與主管之間的人際關係不佳，或是不適應工作場所等，使其強烈感受工作造成嚴重的身心負荷，甚至喪失工作意願，或勞工因作業環境、作業狀態、業務責任感的問題造成其工作負擔，則可考慮變更工作場所，惟對於勞工來說，一旦工作場所變更，就必須適應新的工作環境與新的人際關係，新職務的壓力或許更大，所以需與勞工充分溝通並尊重其意見。
 - (1) 變更工作內容：轉調單位或轉換工作。為了降低勞工職務負擔而須轉換(減少／變更)作業時，需勞資雙方充分交換意見。
 - (2) 變更工作型態：從事相同的工作內容，但需調整工作之型態。從輪班制的工作(包含夜班)調整為正常班別，或減少夜班次數、換成白班，或減少不規律工作之安排等；尤其是針對正在就醫中的勞工，若醫師指示必須保持規律生活或是嚴格遵守服藥規定，或心理健康失調時，建議應該採取此措施。

(3) 其他，如調整出差頻率及範圍、調整勞動密度、休息時間、作業環境改善(如空調或噪音等)。

(四) 檢查、管理及健康促進

參照醫師之建議提醒或安排勞工複檢追蹤，並可依前述風險因子評估之結果或經醫師面談後風險等級之調整，參考表四內容將之區分高、中、低風險予以健康指導及管理(表7)。

1. 管理之措施：

- (1) 中、低度風險者：由醫護人員親自以口頭方式告知勞工「個人注意事項」，通知勞工「個人注意事項」，並建議勞工維持規律生活，保持良好生活習慣，及定期接受健康檢查。
- (2) 高度風險者：建議勞工應尋求醫療協助及改變生活型態，將醫師之建議予以工作限制或調整工作型態及休假，或作業環境改善等，視情況通知單位主管協助並以密件簽報長官知悉。

表7—職業促發腦、心血管疾病風險分級之勞工健康管理措施

職業促發腦、心血管疾病風險等級		健康管理措施
低度風險	0	不需處理，可從事一般工作。
中度風險	1	建議改變生活型態，注意工時的調整，至少每年追蹤一次。
	2	建議改變生活型態，考慮醫療協助，調整工作型態，至少每半年追蹤一次。
高度風險	3	建議尋求醫療協助及改變生活型態，需工作限制，至少每3個月追蹤一次。
	4	建議尋求醫療協助及改變生活型態，需工作限定，至少每1至3個月追蹤一次。

註：0、1、2、3、4 之意義詳見表4。

(五) 執行成效之評估及改善

由護理人員追蹤個人風險子之改善情形，若無法短期改善或持續惡化之勞工，須再次由醫師進行面談指導；對於環境因子無法短期改善或持續惡化之作業環境，須由職業安全衛生人員或相關人員再次提供改善建議。

六、本計畫得視需要簽報處長修訂，並自發布日起實施。

附件 1 過勞量表

人員姓名：_____

一、個人疲勞

(一) 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

(二) 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

(三) 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

(四) 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

(五) 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

(六) 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

(一) 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

(二) 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

(三) 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

(四) 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

(五) 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

(六) 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

(七) 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

三、計分：

(一) 將各選項分數轉換如下：(1)100 (2)75 (3)50 (4)25 (5)0

(二) 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。

(三) 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。

四、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	你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。

附件 2 心理健康量表

人員姓名：_____

	沒有或極少(一天以下/週)	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				

(資料來源：國科會/李昱醫師研發之憂鬱症量表)

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

附件 3 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		年資	年 月
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"/> 心臟循環系統疾病(<input type="checkbox"/> 心絞痛 <input type="checkbox"/> 冠心病 <input type="checkbox"/> 心肌梗塞 <input type="checkbox"/> 接受心導管支架手術 <input type="checkbox"/> 曾接受冠狀動脈繞道手、術、術 <input type="checkbox"/> 冠狀動脈疾病接受藥物治療 <input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 心律不整 <input type="checkbox"/> 其他_____)			
<input type="checkbox"/> 腦中風 <input type="checkbox"/> 血脂肪異常 <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"/> 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"/> 糖尿病 <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？

不同意 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_____ (\geq 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：_____)
- 對預定之工作排程或工作內容經常性變更或無法預估、常屬於事前的通知狀況等?
無 有(說明：_____)
- 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?
無 有(說明：_____)

七、 非工作相關因素

1. 家庭因素問題 無 有(說明：_____)
2. 經濟因素問題 無 有(說明：_____)

八、 過負荷評估

1. 心血管疾病風險：低度風險 中度風險 高度風險 極高風險 其他：_____
2. 工作負荷風險：低負荷 中負荷 高負荷 其他：_____
3. 過負荷綜合評估：低度風險 中度風險 高度風險 其他：_____

評估人員/簽名：

附件 4 醫師面談結果及採行措施表

面談指導結果			
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	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
	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	

醫師姓名： 年 月 日(實施年月日)

採行措施建議		
工作上採取的措施	調整工作時間	<input type="checkbox"/> 限制加班，最多__小時／月 <input type="checkbox"/> 不宜加班 <input type="checkbox"/> 限制工作時間__時__分～__時__分 <input type="checkbox"/> 減少輪班頻率 <input type="checkbox"/> 不宜繼續工作（指示休假、休養） <input type="checkbox"/> 其他
	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		

註：本表為例舉，各單位得依需求修正與增列。

醫師姓名： 年 月 日(實施年月日)

單位主管：