



超時工作情況嚴重 手部職業病個案上升

近年來，職業病越來越普遍，市民對職業病的關注已日漸提高，亦由於經濟困難，超時工作的情況嚴重，引致患上職業病的個案不斷上升。



撰文：
葉永玉醫生
港大醫學院矯形及
創傷外科學系副教授

長時間伏案工作，缺乏運動，亦會令到身體組織勞損及退化，腕管綜合症便是其中一種最常見受職業影響的手部疾病。據估計，全港每年腕管綜合症的新症約為4,000-6,000宗。

手部職業病是工作間常見疾病之一。香港大學醫學院矯形及創傷外科學系最近進行了兩項有關研究，詳情如下：

三成急性手創傷個案在工作時發生

研究人員在調查了在一九九八至二零零一年發生的2,982宗急性手創傷個案，並發現約三成急性手創傷個案在工作時發生，這包括嚴重創傷並需接受外科手術的個案如斷指和斷肢等，而多種組織受傷亦常發生在地盤意外及使用電鋸時。

此類嚴重創傷者由於手功能受損，往往需進行多次手術，且要較長時間接受復康治療。

非體力勞動亦會引致與工作有關的病患。很多工種需要長時間使用電腦，市民

手腕姿勢及手腕負重的研究

有見及此，香港大學醫學院矯形及創傷外科學系在二零零四年進行了手腕姿勢及手腕負重的研究，目的是辨別出可導致腕管綜合症的高風險手腕姿勢及動作，使更多市民能及早避免此類高風險動作，防止手部勞損。

研究以問卷訪問了共277位年齡介乎18-60歲的人士（其中166位為被診斷患有腕管綜合症的病人，對照組為111位沒有患病的市民）。

問卷內容包括：手腕動作/姿勢、手腕屈曲及伸展頻率、手腕固定用力及重複手腕動作頻率、一般健康狀況及生活方式。



政府現時亦有不少海報宣傳有關職業安全問題。

部分關節移植X光片圖像



斷指和斷肢



研究結果發現，若進行日常生活活動(包括工作或處理家務)時，手腕長期屈曲，患上腕管綜合症的風險會較其他人高出4倍。

若手腕長期伸展及持續

用力，患上腕管綜合症的風險則會較其他人高出2.5倍。

職業重複性過勞可導致身體不同的損害，如腕管綜合症等。

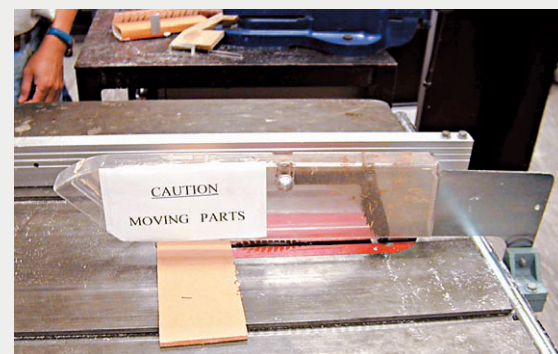
香港大學醫學院希望研

究結果能幫助提高公眾對問題的注意及有關風險，並教導公眾有關手腕的正確姿勢及健康生活模式，使市民能盡早預防重複性過勞的損害及減低醫療系統的負擔。

嶄新職業治療計劃治療腕管綜合症

根據以上調查結果，戴麟趾康復中心職業治療部最近開始採用嶄新設計的職業治療計劃來治療腕管綜合症病人，此治療方案為一多元化計劃，重點包括：

- 提供適合的手腕支架，減輕腕管的壓力。
- 透過日常生活及工作分析，找出引致病徵的高風險因素，從而改善日常手腕姿勢。
- 建議工作間的設計及輔助器材，避免病徵惡化。
- 工作能力強化訓練。



約三成急性手創傷個案在工作時發生，而多種組織受傷亦常發生在地盤及使用電鋸時。