

案例

63歲張先生，從事食品批發業工作年資約15年，最近5年來發現腰酸及雙側下肢麻痛等症狀越來越嚴重。到醫院檢查後，醫師診斷為第四腰椎、第五腰椎椎間盤突出，接受手術治療，因懷疑與工作有關，故至職業醫學科門診就醫。

經醫師詳細詢問其工作經歷，並蒐集工作內容、工作性質(含重複搬運之頻率與重量)等詳細資料，評估腰椎椎間盤突出已達認定標準，認定其疾病與工作相關。

職業性腰椎椎間盤突出 認定原則

- ☆ 符合腰椎椎間盤突出的疾病診斷與臨床表現。
- ☆ 長期從事搬抬重物相關工作至少8~10年。
- ☆ 根據所蒐集之搬抬重量與時間情況等暴露證據衡量每日平均暴露量實際量達標準。
- ☆ 排除其他致病原因或非職業性暴露因素。

萬一您或家人有腰椎椎間盤突出，並懷疑與工作有關，請讓我們協助您！

職業傷病管理服務中心

諮詢電話：(02)33668263 網址：<https://tmsc.osha.gov.tw>

臺北榮民總醫院

電話：(02)2871-6101、(02)5568-1084

國立臺灣大學醫學院附設醫院

電話：(02)23123456分機67067、67491

長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院

電話：(03)3281200分機5200、5201

佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院

電話：(03)8561825分機12144

中國醫藥大學附設醫院

電話：(04)22052121分機4508、4509

中山醫學大學附設醫院

電話：(04)24739595分機56207、56208

彰化基督教醫療財團法人彰化基督教醫院

電話：(04)7238595分機4131、4132

國立臺灣大學醫學院附設醫院雲林分院

電話：(05)6330002分機8131、8132

國立成功大學醫學院附設醫院

電話：(06)2353535分機4937、4938、4939

高雄醫學大學附設中和紀念醫院

電話：(07)3121101分機6849

中山醫學大學附設醫院職業醫學科
職業傷病防治中心
地址：台中市南區建國北路一段110號
電話：04-24739595轉5607/56208



腳麻！腰痛！小心變惡夢！

腰椎椎間盤突出



勞動部職業安全衛生署
中區職業傷病防治中心
中山醫學大學附設醫院

網址：<https://www.csh.org.tw/into/odc/index.htm>
信箱：cshod218218@csh.org.tw、
cshod218@csh.org.tw
cshod@csh.org.tw

廣告

什麼是腰椎椎間盤突出？

腰椎椎間盤突出發生的原因，與長期從事搬動重物、不自然姿勢有關，因為椎間盤周圍的纖維環破裂，導致椎間盤內的髓核向後突出並壓迫到神經根，引起如坐骨神經痛的臨床症狀。



腰椎椎間盤突出有哪些症狀？

- ☆ 下背痛。
- ☆ 下肢麻木、無力感。
- ☆ 可能延伸至足底。



哪些職業者容易得到腰椎椎間盤突出？

- ☆ 礦工、石作工、石雕工。
- ☆ 建築工、模板工、鋼筋混凝土工、水泥工、砌磚牆工。
- ☆ 環保人員、垃圾清潔工。
- ☆ 搬運工（如在碼頭、倉庫、機場等場所）。
- ☆ 送貨員（如送瓦斯、傢俱等）。
- ☆ 倉儲物流送貨員。
- ☆ 屠宰工。
- ☆ 護理人員（包括護理師、護佐、看護、照顧服務員）。
- ☆ 農民、漁民、林業工作者。
- ☆ 其他類似性質工作。



如何預防？

1. 工作調整或減少搬運工作。
2. 適當運動，避免體重過重。
3. 平時維持良好的姿勢，包括正確的站姿、走路、坐姿、睡姿。
4. 作業時，應盡量使用機械協助人力操作重物，教導正確搬運貨物方法。
5. 以人力處理的貨物，應標示重量，並減少單獨處理的機會。
6. 若有不適請立即就醫、檢查。

如何處理？

1. 蒐集工作內容、工作性質(含重複搬運之頻率與重量)等詳細資料。
2. 前往職業醫學科門診請專業醫師協助評估腰椎椎間盤突出與疾病之因果關係。