



## 案例

蔡先生從事綁鐵鋼筋工作26年，鋼筋排放好後進行綁鋼筋作業，左手將鐵絲放好，右手持鐵鉤轉緊，1個結點需轉2-3圈。於工作25年後出現右肩疼痛，經超音波檢查，為右側棘上肌肌腱撕裂傷，因懷疑其疼痛與工作有關，故至職業醫學科門診就醫，經評估蔡先生工作中1/2以上時間有右手手臂重複抬舉過肩動作，其疼痛問題是在工作後才發生，考量其工作性質和排除其過去無手部外傷之情形，故認定其疾病為工作因素所導致之職業病。



萬一您或家人懷疑傷病與工作有關，請讓我們協助您



### 職業傷病管理服務中心

諮詢電話：(02)3366-8266 網址：<http://www.tmsc.tw/>

台北榮民醫院  
電話：(02)2875-7525分機：830、831

台大醫院  
電話：(02)2312-3456  
分機：67491、67067

林口長庚紀念醫院  
電話：(03)349-8765

花蓮慈濟醫院  
電話：(03)856-1825分機：2144

中國醫藥大學附設醫院  
電話：(04)2205-2121  
分機：4508、4509

中山醫學大學附設醫院  
電話：(04)2265-6110  
分機：56207、56208

彰化基督教醫院  
電話：(04)723-8595  
分機：4131、4132

台大雲林分院  
電話：(05)633-0002  
分機：8781

成功大學醫學院附設醫院  
電話：(06)235-3535  
分機：4937、4939

高雄醫學大學附設醫院  
電話：(07)313-3604

# 經常性肩痛 您可能罹患 旋轉肌袖 症候群

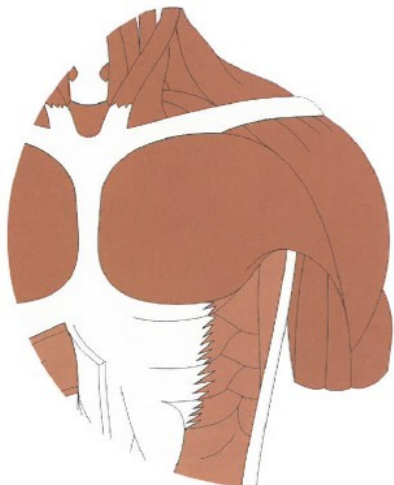


CSA 勞動部職業安全衛生署  
OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ADMINISTRATION, MINISTRY OF LABOR

廣告

## 什麼是旋轉肌袖症候群？

所謂的「旋轉肌袖」包括棘上肌 (supraspinatus)、棘下肌 (infraspinatus)、小圓肌 (teres minor)、肩胛下肌 (subscapularis)，如同短上衣的袖子一樣，包在肩關節的周圍，與三角肌 (deltoid) 協同運作，使我們的肩關節能夠做出複雜的三度空間動作。旋轉肌群的肌腱病變，最主要歸因於長期工作含有反覆或持續手臂上舉的動作。



## 什麼樣的工作容易罹患？

- 營造從業人員。
- 倉儲運輸工作者。
- 清潔人員。
- 油漆工。
- 汽車修護人員。



## 認定原則？

1. 長期重複性抬舉過肩動作
2. 持續性肩部不良姿勢動作

## 有哪些症狀？

1. 肩關節深部刺痛感
2. 無法施力，舉重會疼痛
3. 手舉不高，舉不起來



## 如何預防？

1. 工作前做好暖身工作。
2. 工作中安排適當休息時間，避免長時間手臂重複抬舉過肩動作。
3. 進行簡單的肩關節伸展及肌腱強化運動。

