



汽車交通運輸業總工會

職業司機職安健問題

前言

職業司機包括公共運輸的巴士、的士或小巴司機；物流業的貨運司機、超級市場的送貨司機以及來往中港運輸的司機等等。作為職業司機，除了要小心駕駛之外，還需注意一些因長時間駕駛而引起的健康問題。以下是職業司機可能會遇到的職業危害：

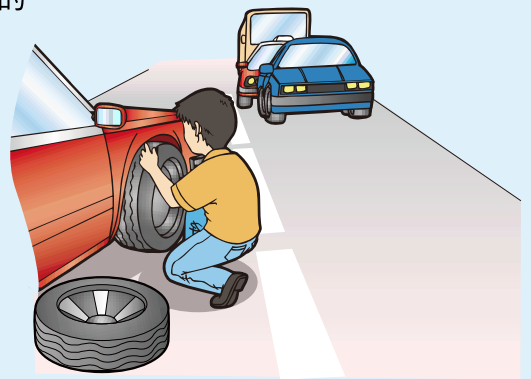


交通意外

- 典型的交通意外包括給移動的車輛撞倒，從車輛上墮下、車輛翻側等等。尤其於天色暗淡、燈光不足，路面凹凸不平、超速駕駛及惡劣的天氣下，交通意外的機會相對亦會增加
- 交通意外亦可能因司機選用路線、司機行為或在車輛附近的活動（如行人，其他駕車者）所引起
- 貨車司機在處理其他工作時，例如：在換車胎，起卸貨物時，有可能被其他車輛撞倒

預防方法：

- 控制危害應從消除危害開始，例如完全禁止司機在八號或以上颱風訊號懸掛或黑色暴雨期間在戶外執勤
- 如果消除危害是不可行的，便應考慮減少風險。
例如在車輛上加上限制車速裝置，使車輛不能超逾每小時70公里
- 同時應指導及訓練員工，使他們小心工作，並採用個人防護裝備，例如提供反光衣給司機執勤時穿著
- 適當的工作分配，令司機有充足的休息時間。如有需要長時間駕駛，可編排適當的小休時間或增加人手
- 定期保養及維修車輛，用車前必須檢查車輛機件是否妥當，才可工作
- 注意問題駕駛者：為了確保自身安全，遇有醉酒、受藥物或其他原因影響駕駛的司機，應及早閃避，亦應找機會報告交通警察



**「預防勞損好重要
精神健康齊關注」**



職業安全健康員工參與計劃

化學危害

- 工作時接觸化學品，例如，清洗汽車時所用的清潔劑、汽油，這可能會引致皮膚炎/皮膚敏感
- 長時間暴露於有害氣體，例如：一氧化碳，可能會引致呼吸系統毛病

預防方法：

- 盡量避免走近排出有害氣體的地方
- 停車等候時，應關掉引擎以減少排出有害氣體
- 清洗汽車時，可佩戴手套

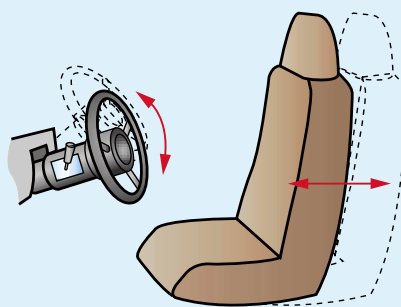


身體危害

- 駕駛時，長時間保持一個不正確的坐姿，可能會引致腰背痛，手/腳疼痛
- 駕駛時，須經常扭動和伸展身體以獲得較佳的行車視線
- 個人因素，例如肥胖

預防方法：

- 適當地調校座椅、軚盤和其他可調校的設備，以達到自然及舒適地駕駛的效果



- 採用自然的坐姿，並在可能範圍內，間歇地改變姿勢來轉移身體的受壓點
- 確保車內需要調節的儀器都在司機可觸及的範圍，無需以扭動或伸展身體去遷就

- 如情況許可，不妨定時稍作休息，舒展筋骨



**「預防勞損好重要
精神健康齊關注」**



職業安全健康員工參與計劃