「台中市職業駕駛員健康促進計劃」心得

健檢組 江健成 醫檢師

隨著知識水準的提昇，國人對於工作的要求不再如同往昔只要有一份穩定的收入即可。現代人不僅要錢多、事少、離家近，對於工作內容、職場的安全、自身的健康保障，也有一定的觀念和要求存在；工作是不是有潛伏的未知危險，工作會不會接觸到有毒物質、化學藥劑，使用的機具是否安全，防護裝置是否足夠，會不會對健康造成傷害；就連一般的辦公室工作者，也有可能造成生理或是心理層面的健康傷害，例如常見的久坐造成腰酸背痛，長時間打電腦造成腕隧道症候群，甚至造成猝死症的更是時有所聞，不管你是職場老鳥或是新手，這些都是職場人注意的問題。

本院於九十三年接受行政院衛生署國民健康局委託，辦理「台中市職業衛生保健推動計劃」，在本研究計劃中，我們選擇了大客車駕駛員為對象，因為大眾運輸工作牽繫著民眾的生命安全，不僅包括乘坐的民眾，更包含所有的用路人；日前國內外曾發生多起客運意外事故，造成嚴重傷亡。所以我們特別選定大客車駕駛員為研究對象，針對可能造成的健康問題，譬如長時間工作造成的過度疲勞、肝功能異常、聽力異常、心血管疾病等方面進行討論，經過一連串研討，決定以大客車駕駛員的心血管疾病為研究主題，內容包括身高、體重、腰圍、體脂肪、血管硬化測定、HDL、LDL、膽固醇比、Insulin、Cholesterol、Triglyceride、AC Sugar 等。

決定主題與研究內容方向後，為了聯絡願意配合受檢的客運司機業者，可說是幾經波折。雖然已經對廠商表明來意，並告知是免費活動，但是不少廠商似乎仍害怕麻煩，或者害怕以為是詐騙集團，或是認為想藉免費體檢之名義來推銷等，這倒是始料未及。而經多次電話協商溝通，最終願意配合的只有五家業者。

接著實際到現場為客運司機進行免費體檢，可說是五味雜陳。除了要挑戰天氣，更要和環境、時間競賽。因為研究期間不僅遇到今年最高溫的天氣，更遇到連日大雨滂沱的日子，可說是水深火熱。而客運業並沒有所謂的假日，因此我們只能利用司機到站的短暫休息時間，甚至有的剛從台北下來，休息沒幾分鐘又要出發到其他地方去，真的是來匆匆去也匆匆，讓我們倍感壓力。

或許是事前準備的不夠，台中市仍有一些客運廠商未能參與。但經記者會報

導後，我們接到許多外縣市業者(如彰化縣市及台中縣)願意參與。但今年此計劃是針對台中市客運公司，因此無法擴及到其他縣市。期待來年經推廣及整合後，能擴大到其他縣市，並延長研究計劃時間，以造福更多司機。

活動結束後，初步篩檢出客運司機普遍有血脂肪過高、體重過重的問題。除此之外，我們也看到一些現象：

一、客運司機常超時工作，且長途車程相當耗費精神與體力，

二、客運司機的休閒運動非常匱乏。由於長時間超時工作，常需利用休假來補充睡眠，本身並無規律的運動習慣。再者，休假期間不一定是假日，想安排闔家戶外休閒活動不太容易。

三、在研究進行中，有家客運業者強制規定員工發車前一定要進行酒測，並確實紀錄。對乘車的民眾，無疑是增加了一層保障。這種方式也許可提供政府機關加以宣導。

由於市場競爭壓力大，每家公司用盡各種策略方式增加業績，如 24 小時營運或每 10 分鐘發一班車，但為了節省人事成本的支出，員額編制並未增加。因此當探討大客車司機的健康狀況時，也需了解他們開車時間的長短，因為有良好及適當的開車品質及時間，才有良好的健康，這樣才能給大眾帶來良好的乘車品質及環境，減少交通事故的發生，所以這還需要政府機關、消費者、業者三方面的努力，才能夠確保大家的生命安全，降低社會成本的支出。

在大家的努力之下，此次活動劃下了完美的句點。本組很多同仁是第一次參與這種性質的研究工作，實在有些手足無措，但看到每個人為每個環節所付出的努力，真有說不出的感動。也再一次感謝所有參與本研究計劃的相關人員及各家業者的承辦人員，因為有你們的協助與幫忙，才能使本計劃完美的告一段落。