

# 飲食業僱員的 職業健康



勞工處  
職業安全及健康部



工作 安全健康

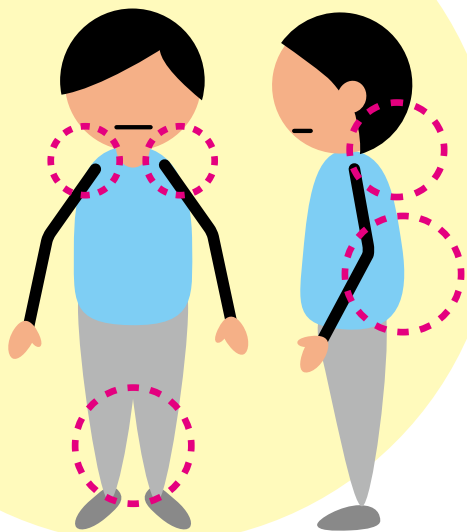
# 引言

飲食業是香港其中一個重要的行業。本單張旨在向僱主及僱員簡介業內一些職業健康問題，及其相關的預防方法。

飲食業常見的職業健康問題包括：

## 肌骨骼疾病

飲食業員工可患上身體不同部位（如上肢、下肢、頸和背部）的肌骨骼疾病。



## 常見的成因

- ◆ 不恰當的工作姿勢
  - 長時間俯首工作
  - 過度伸展身體
- ◆ 頻繁用力的工作或重複性的動作



- ◆ 不恰當的體力處理操作
  - 沉重的負荷物
  - 以不正確的姿勢提舉重物
- ◆ 站立工作或長時間行走
- ◆ 穿著不合適的鞋

## 預防方法

### ◆ 採取自然舒適的工作姿勢

- 間歇轉換工作姿勢
- 使用合適的工具和設備，避免身體過度伸展

### ◆ 使用機器輔助，如碎肉機

### ◆ 為員工提供正確體力處理操作的訓練

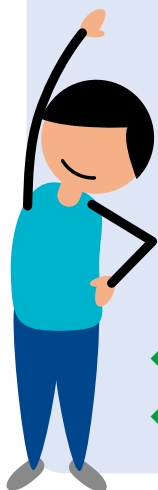
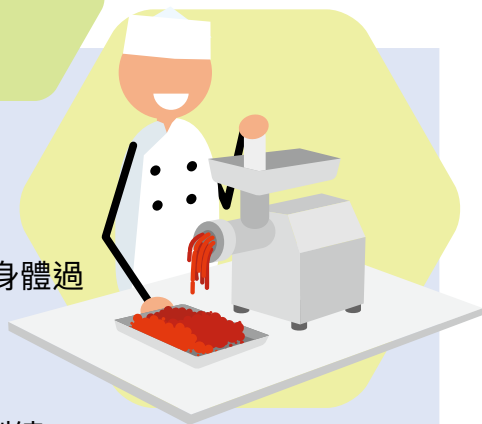
- 採取正確提舉的姿勢及技巧
- 採用輔助設備或工具，例如手推車
- 以一組僱員合力搬運重物件或把沉重的負荷物分拆成小包處理

### ◆ 在合理地切實可行範圍內，為站立工作的僱員在工作位置提供合適的工作座椅或供稍事休息的座椅

- 靈活調配工序，讓足部休息
- 安排適當小休，例如持續站立工作 2 至 3 小時，安排 10 至 15 分鐘坐下休息或進行適當的伸展運動以鬆弛腳部
- 可使用有吸震功能的地墊

### ◆ 穿著合適並有承托力的鞋

### ◆ 多作伸展運動

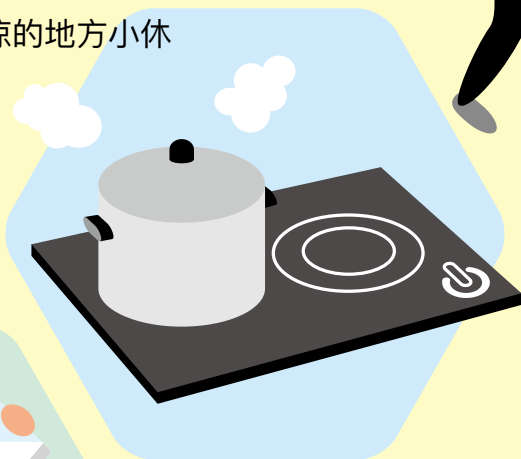


# 與高溫有關的問題

使用煮食爐，烤爐及蒸鍋時，廚房會變得酷熱及潮濕。若沒有採取適當的預防措施，員工便有機會患上與高溫有關的疾病如熱衰竭或中暑。

## 預防方法

- ◆ 安裝妥善的抽風系統，包括抽風罩
- ◆ 選用熱能較少向四周擴散的爐具，例如電磁爐
- ◆ 安排員工在清涼的地方小休



- ◆ 提供清涼的飲用水
- ◆ 員工要定時喝水
- ◆ 員工要穿著適當的衣物，例如淺色、寬鬆的衣服，但衣服不應構成安全問題

# 與噪音有關的問題

若員工長期暴露於過量噪音下，可導致聽力受損。

## 常見的噪音來源

- ◆ 煮食爐具
- ◆ 抽風系統
- ◆ 機器的運作
- ◆ 煮食時器皿的碰撞



## 預防方法

- ◆ 辨認和控制工作場地的噪音來源
- ◆ 定期維修及保養機器
- ◆ 有需要時佩戴聽覺保護器，例如耳塞



# 皮膚的問題

由於長時間接觸水、肥皂、清潔劑或食物材料等，員工容易患上常見的職業性皮膚炎。此外，廚房內酷熱及潮濕的環境，亦會增加患上熱痱及真菌感染的風險。

## 預防方法

- ◆ 員工要注意個人衛生，保持皮膚清潔及乾爽
- ◆ 員工要佩戴個人防護設備，例如手套
- ◆ 確保工作地點有足夠的通風



## 查詢

如對本單張或其他職業安全及健康（職安健）事宜有任何查詢，請與勞工處職業安全及健康部聯絡：

電話：2852 4041 或  
2559 2297（非辦公時間設有自動錄音服務）

傳真：2581 2049

電郵：enquiry@labour.gov.hk

勞工處網站 (www.labour.gov.hk) 亦載有關於本處各項服務及主要勞工法例的資料。

## 勞工處職業健康診所

任何在職人士如懷疑患上與工作有關的疾病，可致電或親臨職業健康診所預約就診，無需醫生轉介。

- 觀塘職業健康診所 電話：2343 7133
- 粉嶺職業健康診所 電話：3543 5701

## 投訴

如有任何關於工作地點的不安全作業模式或環境狀況的投訴，請致電勞工處職安健投訴熱線 2542 2712，或在勞工處網站填寫並遞交網上職安健投訴表格。所有投訴均會絕對保密。



網上職安健投訴表格



本單張可在勞工處各職業健康服務辦事處免費索取，亦可於本處網站 ([www.labour.gov.hk](http://www.labour.gov.hk)) 下載。有關各辦事處的地址及電話，請參考本處網站或致電 2852 4041 查詢。

歡迎複印本單張，但作廣告、認許或商業用途者除外。如需複印，請註明取材自勞工處刊物《飲食業僱員的職業健康》

6/2022-4-OHL25