

人力搬抬 酒店業



本小冊子由勞工處職業安全及健康部編印

2005年9月版

本指引可以在勞工處職業安全及健康部各辦事處免費索取，亦可於勞工處網站 http://www.labour.gov.hk/public/content2_9.htm 下載。有關各辦事處的詳細地址及電話，請致電 2559 2297 查詢。

歡迎複印本指引，但作廣告、批核或商業用途者除外。如需複印，請註明錄自勞工處刊物《人力搬抬 — 酒店業》。

人力搬抬－酒店業

目錄

欲速則不達	2
日常引致肌肉筋骨受傷的因素	3
搬抬重物的安排和方法	6
進一步資料	9
鳴謝	9

欲速則不達

在房務部工作的阿珍，某天在更換床單時，不慎扭傷了腰骨。

以下是阿珍回憶當日事發的經過：「那日我如常清潔、執拾客房。當我在彎腰托起很重的床褥以便更換床單時扭傷了腰骨，到晚上便感到腰骨很痛，甚至不能入睡。此後，經醫生診治後，我要定期覆診和接受物理治療，到現在仍未能完全康復，腰骨仍時常隱隱作痛，有時甚至連按升降機的按鈕時亦會痛，對日常生活構成不便。雖然工傷有金錢的賠償，卻不能補償我身心的痛苦。」



這事件不但影響阿珍的健康，對阿珍服務的酒店也有影響。

阿珍的主管許先生說：「阿珍受傷後對房務部工作有很大的影響，阿珍是房務部的熟手員工，在她因傷休假期間，我要安排其他的同事分擔她的工作，又要重新訓練員工。而且發生工傷，既損害酒店的形象，又會打擊員工士氣，影響可謂不少。」

任何工傷事件，僱主與僱員都有損失，其實阿珍的工傷是可以避免的。以下提供一些有關「人力搬抬」引致受傷的因素和一些預防措施以供酒店從業員參考。

日常引致肌肉筋骨受傷的因素

甲) 工作姿勢及性質

- (i) 不正確的工作姿勢，例如
- 彎腰搬運重物
 - 手臂過度伸展
 - 以單手搬運過重的物件，提起時失去平衡
 - 搬運未經估計重量的重物，用力過度、或身體失去平衡



長時期採用彎腰的姿勢工作



彎腰提舉重物



手臂過度伸展

(ii) 持久性的動作

- 長時間重複同一動作而缺乏足夠的休息
- 長時間以同一姿勢工作
- 長時間從事搬運重物



勉強提舉過大的物件，會增加工作的危險。



長時間重複同一動作而缺乏足夠的休息

乙) 物件性質

- (i) 搬抬過重或大件的物件
- (ii) 搬抬時物件重心偏移，或重量分佈不平均
- (iii) 物件缺乏握手的部位或設計，搬抬容易滑落或脫手

丙) 工作環境

- (i) 工作空間過於狹窄，會妨礙員工使用正確的搬運姿勢或輔助器材
- (ii) 工作地面濕滑、凹凸不平，或有其它的障礙物
- (iii) 照明不足
- (iv) 物件擺放在不適當位置



過於狹窄的工作空間會令員工採用不正確的姿勢來提取物件

丁) 其它事宜

- (i) 員工缺乏適當的訓練和指示
- (ii) 員工的體質未能配合工作的需要
- (iii) 集體搬運時，員工的動作不能互相配合

搬抬重物的安排和方法

- 提供足夠的工作空間，讓員工可以用正確的搬運姿勢或使用輔助器材
- 保持整齊及有秩序的工作環境，妥善存放物料及器材
- 清除地面上的積水、油污，或其它障礙
- 提供充足的照明
- 對搬運的物件作初步了解，例如它的大小、重量和重心位置，從而採取合適的方法來處理



清潔地面上的積水和油污



足夠的工作空間，可讓員工方便有效地使用輔助器材



妥善存放物料及器材

- 採用正確的工作姿勢來搬運物件
- 採用適當的工具工作，避免身體過度伸展
- 盡量使用適當的手推車或輔助器材來搬運重物及大件物件
- 採用集體搬運來移動重物或大件的物件



正確的提舉姿勢及使用適當設計的手推車，可以減少受傷的機會



採用穩固的摺梯，避免身體過度伸展



採用集體搬運來搬動較重的物件，可以減低受傷的機會

- 注意在儲物架上擺放物件的位置，經常需要搬運處理的物件，應放在較易拿取的位置，例如接近腰部的高度
- 對員工提供適當的訓練和指導
- 為員工安排適量的休息時間
- 適當的保養及維修搬運輔助器材(如手推車)
- 讓員工可以向負責人提出建議或定期開會，討論有關人力搬抬常見的問題



定期與員工討論有關人力搬抬常見的問題和提供適當的訓練



注意在儲物架上擺放物件的位置，常用的物件應放在較易拿取的位置

進一步資料

如欲了解更多有關人力搬抬和工作的資料，請參閱勞工處編印的「體力處理操作指引」，或與勞工處職業安全及健康部聯絡。

地址：香港中環統一碼頭道三十八號
海港政府大樓十五樓

電話：2852 4041

傳真：2581 2049

網址：<http://www.labour.gov.hk>

電子郵件：enquiry@labour.gov.hk

你並可透過職安熱線2739 9000，找到職業安全健康局提供各項服務的資料。

如有任何有關不安全工作地方及工序的投訴，請致電勞工處職安健投訴熱線2542 2172。

這本小冊子是由香港勞工處編製。內容提供了一些有關職業安全和健康的建議，予各讀者參考。

鳴謝

承蒙職業訓練局薄扶林酒店業訓練中心提供協助，本小冊子得以順利出版，特此鳴謝。