

# 基層勞工職安健

## Industrial Safety Campaign

近年來，因工作勞累而出現下肢勞損及各式健康問題的人數有上升跡象，當中較常見的有下肢靜脈曲張、膝骨關節炎及足底筋膜炎。有見及此，我們與中西區區議會及職業安全健康局舉辦了一連串職安健推廣活動，藉此提高基層勞工對下肢勞損的認識。

於去年9至10月期間，中心推行一連串職安健巡迴展覽，讓街坊了解下肢勞損的主要成因、高危職業及不同的病徵。我們亦即場安排了註冊護士以解答街坊相關健康疑問。街坊反應非常熱烈，更表示自己一直有類似的病症卻未有加以理會，繼而徵狀惡化。這個情況正好顯示一般街坊都對職安健及下肢勞損的認知和護理不足。



為加強街坊對下肢勞損的理解，我們準備了職安健遊戲供街坊參與，透過遊戲令他們更理解常見徵狀及預防方法等，並給予參加的街坊一份精美紀念品。經過一連串的職安健街檔，街坊都表示對下肢勞損有較深入的了解，亦有效地提高他們對職安健的認識，例如在搬運重物的正確姿勢、以及改善工作間的環境，這些都是注意職安健所需要留意的。

### 預防下肢勞損 運動三式

