

## 繪圖設計師深受職業病所苦

### 案例分析

一名年輕女性繪圖設計師，工作上使用電腦繪圖軟體製作及設計公司文宣品，長時間使用滑鼠，在到職六個月後，發現自己右手肘持續疼痛痠麻，於門診追蹤治療並經過一系列檢查以及現場訪視後，認定此個案所患之橈隧道症候群與工作相關。



後續經由職業傷病防治中心的協助下，除了與復健科共同治療橈隧道症候群的問題外，也申請職業傷病的勞保給付，針對公司方面的環境也給予建議及協助配工，使勞工朋友可順利回到職場上工作。

若您身體不適，懷疑與工作相關，請讓我們協助您！



### 職業傷病防治中心聯絡方式

臺北榮民總醫院  
電話:(02)2871-6101  
(02)5568-1084

國立臺灣大學醫學院附設醫院  
電話:(02)2312-3456  
分機:67067、67491

長庚醫療財團法人  
林口長庚紀念醫院  
電話:(03)349-8765

中國醫藥大學附設醫院  
電話:(04)2205-2121  
分機:4509

佛教慈濟醫療財團法人  
花蓮慈濟醫院  
電話:(03)856-1825  
分機:2144

臺大醫學院附設醫院  
雲林分院  
電話:(05)633-0002  
分機:8131、8132

中山醫學大學附設醫院  
電話:(04)2473-9595  
分機:56208、56207

彰化基督教醫療財團法人  
彰化基督教醫院  
電話:(04)723-8595  
分機:4131、4132

國立成功大學醫學院  
附設醫院  
電話:(06)235-3535  
分機:4939

高雄醫學大學  
附設中和紀念醫院  
電話:(07)313-3604

整天用滑鼠，手臂痠到不行，什麼！這是職業病！

# 淺談 橈隧道症候群



勞動部職業安全衛生署 廣告  
OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ADMINISTRATION, MINISTRY OF LABOR

## 什麼是橈隧道症候群?

橈神經是手臂的重要神經之一，「橈隧道」位於靠近手肘的前臂外側區域，隧道本身是由旋後肌和橈骨所形成的一個通道。當過度使用前臂及手腕時，橈隧道會因為摩擦發炎而狹窄，進而壓迫橈神經，造成肘部和前臂酸痛，稱之為「橈隧道症候群」。



### 症狀

- 手肘外側與前臂背側深部酸痛。
- 疼痛輻射至手腕及手指。
- 伸肌用力時感到痛或感覺異常。
- 伴隨疼痛引起的手無力。



### 檢查

- 中指阻抗試驗：當阻擋中指做伸直動作時，感到肘外側疼痛（如下圖所示位置）。
- 橈神經傳導速度與肌電圖檢查多為正常。



## 什麼樣的工作容易罹患?

- ★ 裁縫師
- ★ 建築營造工人
- ★ 水泥或磚層工人
- ★ 裝配線工人
- ★ 汽車剎車製造廠工人
- ★ 電視工業工人
- ★ 鞋業和服裝行業工人
- ★ 卡車司機
- ★ 電腦工作者



## 治療方式

- ★ 休息，調整工作型態。
- ★ 止痛消炎藥物治療。
- ★ 復健物理治療、針灸療法。
- ★ 使用手臂護具減輕負荷（例如手腕副木，如圖）。
- ★ 施行橈神經滑動運動（應由醫療人員陪同下執行）。
- ★ 橈神經阻斷術（注射局部麻醉劑至橈隧道）。
- ★ 如果無效，則可採手術治療，將神經受壓迫處減壓放鬆。



## 如何預防?

### 減低重複性手臂和手部動作

避免長時間的肘部伸展、前臂旋轉和腕部屈曲。避免重複地推拉物品、彎曲手腕、翻轉手掌、用力抓握或捏東西。避免經常從事手臂振動性作業。

### 減少撞擊可能

前臂外側受到撞擊會使橈神經受損。

### 避免運動過度

相關運動包括划船、保齡球、迴力球、高爾夫球、舉重、游泳等。

