

工作相關哮喘：須知信息

什麼是哮喘？

哮喘是一種肺部氣道緊縮并阻塞的疾病，會導致呼吸困難。在您的一生中，哮喘可能隨時發生，並且哮喘症狀可由多種不同的物質觸發。症狀包括氣喘、胸悶、咳嗽和氣促。

什麼是工作相關哮喘及其病因？



醫院工作人員接觸有毒消毒劑

工作相關哮喘 (Work-related asthma, WRA) 是指因工作時接觸到致哮喘物質而引起的或惡化的哮喘。研究表明，在所有成人哮喘中，有 15-30% 的哮喘是由工作場所的環境或化學品引起的。目前已經發現的物質超過 320 種，可引起先前未患過哮喘的人患上初發哮喘。例如麵粉、某些清潔劑、某些焊接煙塵、乳膠、動物皮屑、環氧樹脂、氯、異氰酸酯、甲醛、木屑、某些消毒劑、金屬加工液。

對於某些人，僅極少量、甚至低於加州職業安全與衛生管理局 (Cal/OSHA) 規定的工作人員接觸限值（如有）的這些物質便可引起哮喘，有時，工作人員可能在含有某種物質的工作場所工作了好幾年也沒什麼問題。但之後，他們可能會變得對該物質敏感或過敏，接著便患上初發哮喘。並且，任何刺激物質或普通過敏原均可加重哮喘患者的哮喘症狀。

中學教師因學生濃郁的古龍香水味而突發哮喘

有一名 49 歲的教師在一所城郊學校任教了 23 年，期間沒有發生過任何呼吸問題。但是，有一天，一名身上散發著濃郁古龍香水味的學生進入教室。該名學生在教室內又噴了些古龍香水。這名老師幾秒內便產生了哮喘反應，即胸悶和氣喘。一年之後，接觸到大量香水或其他化學品時，她仍會立刻發生哮喘。現在，她只能隨身攜帶吸入器。

預防哮喘：規定學校、辦公室或其他工作場所內不得使用香水。

44 歲木工在含有木屑的工作場所工作了 20 幾年後發生哮喘

一名木工過去與加州紅木和西紅杉等不同種類的木材打交道，從事木工及改造工作。他的設備沒有配備除木屑系統，因此空氣中有很多木屑。久而久之，工作結束後，他開始在夜間出現呼吸問題。當他被診斷為哮喘時，他大部分時間都飽受哮喘困擾。十二年之後，他的均勻呼吸問題仍未痊愈。他去了急診兩次，並服用四種不同的治療哮喘的藥物。

預防哮喘：從事木藝工作時安裝除木屑系統。

何種工作可能導致 WRA ?

通常為工作中可能需要接觸有害物質的某種或某些特殊任務，例如使用某種消毒劑或環氧樹脂。對於哮喘患者，即使他們並沒有從事可引起哮喘的「高危」工作，也有許多不同的環境或物質可能加重其哮喘。有的人不需要直接使用並接觸物質，而只是在他人使用該物質時出現在附近也可能引起哮喘問題。以下列出了幾種常見工作示例，在這些工作中存在可能引起先前未患過哮喘的人患上初發哮喘的物質。

工作人員類型	可能引起哮喘的物質	常規任務
醫院工作人員	戊二醛、消毒劑、乳膠、藥物、酶類、甲醛	普通清潔、範圍加工、佩戴乳膠手套、在化學品使用區域工作
動物護理師	動物皮屑和蛋白質	動物護理、清潔籠子
汽車修理工/噴漆工	異氰酸酯、環氧樹脂、丙烯酸酯、鉻、苯乙烯	汽車噴漆、汽車相關工作
農民/農場工作人員	殺蟲劑、花粉、卵蛋白、穀物粉塵、動物皮屑、氫	施用殺蟲劑、田野勞作、護理動物、打包/清潔農產品
美容院工作人員	過硫酸鹽、指甲花染料、甲醛、甲基丙烯酸酯	對頭髮進行漂白/染色、柔順頭髮、美甲服務
保潔員/清潔工	消毒劑、氨、乙醇胺、乳膠	清潔地面、消毒地面、地板剝離與打蠟、佩戴乳膠手套
麵包師	麵粉、肉桂	和麵、掃除/清除麵粉
食品加工人員	海鮮、麵粉、大蒜粉、植物膠、蛋白粉	混合、加工或打包食品
建築工人/木工	木屑、焊接煙塵、甲醛、環氧樹脂	鋸切和打磨木材、焊接、膠合
消防員	煙霧、木屑	滅火、鋸木頭
製造業工人	環氧樹脂、金屬加工液、氨、鄰苯二甲酸酐、異氰酸酯	鑄模、打包、生產相關化學品、機械加工

如何得知是否患上 WRA ?

若出現以下情況，則您可能患上了工作相關哮喘：

- 工作時呼吸問題加重
- 週末或假期遠離工作場所幾天後，呼吸問題有所改善
- 開始從事新工作後，出現呼吸問題
- 成年後初發哮喘
- 原本患有哮喘，但成年後加重

若您認為您的呼吸問題與您的工作有關，請諮詢醫生并告知主管。您的主管可以送您到專門治療工作相關健康問題的醫生處就診。寫下您工作時接觸的或您的工作區域使用的化學品或產品的具體名稱。



教師暴露於可能引起或引發哮喘的多種物質，包括清潔用品

如果可以，請向醫生出示該產品的安全數據表 (Safety Data Sheet, SDS)。醫生可能藉助 SDS 找出 WRA 的病因，並為您提供減輕症狀的建議。您的僱主應為您提供工作中接觸到的各種物質的 SDS。若您的僱主沒有為您提供 SDS，則您或您的醫生可能透過網路查找相關物質的 SDS。

透過 SDS，您可以瞭解產品中含有哪些化學品、其對健康的影響以及安全使用方法。雖然有些物質可能引起哮喘，但因為含量極低，其可能不會被列出。有些 SDS 可能不完整，可能不包含某化學品可能引起的諸如哮喘等所有健康影響的資訊。在這種情況下，您的醫生可能需要進行進一步研究，以確定該化學品是否會引起哮喘。查看以下資源/連結，瞭解更多資訊。

當發生哮喘症狀時，告知醫生，並盡可能詳細地向醫生描述您的工作內容。您的醫生可能會進行簡單的檢測，以瞭解您在工作時間和非工作時間的呼吸問題。

一名年輕的汽車噴漆工與同事在兩個月後出現哮喘

一名 19 歲的工作人員在一家汽車噴漆和車身修理店工作兩個月後便因汽車噴漆發生重度氣喘。他佩戴防毒面罩在車間對汽車進行噴漆，但防毒面罩與他的臉不匹配，並且防毒面罩內的濾筒已老化、無效。他並不知曉其僱主應為其提供安全數據表 (SDS) 並對其就工作場所化學品的危害進行培訓。被診斷出哮喘不久後，他的身體變得虛弱，因而他擔心他的健康，便辭去了工作。據說，他三個同事中有兩人亦有類似的呼吸問題。

預防哮喘：接受安全使用有害化學品的培訓。例如：查閱 SDS、妥善佩戴防護器具、使用安全設備。

若患上 WRA，應如何應對工作？

您的醫生可幫助您治療哮喘。研究表明，越早停止接觸有害物質，您的哮喘越可能好轉。若您的哮喘是工作時接觸的特殊物質引起的，那麼最重要的是要在工作時避免接觸或靠近這些加重哮喘的物質。

僱主可以採取什麼措施預防 WRA？

最有效 (最佳選擇) ↓ 最無效 (最後選擇)	除去有害物質 (消除)
	使用更安全的化學品 (替代)
	以物理方式隔離工作人員和致哮喘化學品 (工程控制)
	透過規定或流程限制或防止接觸有害物質 (行政控制)
	提供個人防護設備 (Personal Protective Equipment, PPE)

您的公司應為您提供安全的工作場所。您的僱主可能需要採取某些上述舉措或為您安排更安全的工作。您的公司應確認是否有其他工作人員因接觸致哮喘物質而患病。

加州的工作相關哮喘

據估計，在加州約有 900,000 名成人患有 WRA。工作相關哮喘預防計劃 (Work-Related Asthma Prevention Program, WRAPP) 時刻關注整個州的 WRA 的病因和患者數量，並致力於預防哮喘。WRAPP 發現，許多不同種類的工作、行業均有因接觸不同種類有害物質而發生哮喘的病例。

如欲瞭解更多關於 WRA 或 WRAPP 的資訊，請撥打 1-800-970-6680 (CA 中轉服務電話：711)。如欲索取本文的其他格式副本，請撥打 (510) 620-5757 與我們聯絡。協調其他格式副本的服務至少需要 10 日。

資源/連結

[加州公共衛生部工作相關哮喘預防計劃 \(WRAPP\)](http://www.cdph.ca.gov/wrapp/asthma)
(www.cdph.ca.gov/wrapp/asthma)

[美國國家職業安全衛生機構](http://www.cdc.gov/niosh/topics/asthma/)
(www.cdc.gov/niosh/topics/asthma/)

[由職業與環境診所協會 \(Association of Occupational and Environmental Clinics, AOEC\) 發佈的致哮喘物質列表 \(氣喘原\)](http://www.aoecdata.org/ExpCodeLookup.aspx)
(www.aoecdata.org/ExpCodeLookup.aspx)

職業衛生支部
(www.cdph.ca.gov/wrapp/asthma)